

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»  
Институт психологии  
Кафедра психологии образования

**Психолого-педагогическое сопровождение профессионального  
самоопределения старшеклассников**

Выпускная квалификационная работа

Направление 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

Профиль – Психология образования

Квалификационная работа  
допущена к защите  
зав.кафедрой

\_\_\_\_\_ Н.Н.Васягина

(подпись)

\_\_\_\_\_ 2018 г.

Руководитель ОПОП:

\_\_\_\_\_ Н.Н.Васягина

(подпись)

Исполнитель:  
Е.В. Третьякова - студентка  
очного отделения

\_\_\_\_\_

(подпись студента)

Научный руководитель:  
Ю. А. Герасименко,  
к. п. н., доцент кафедры  
психологии образования

\_\_\_\_\_

(подпись преподавателя)

Екатеринбург 2018

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение.....</b>	<b>3</b>
<b>Глава 1. Теоретический анализ по проблеме психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников</b>	
1.1. Сущность понятия психолого-педагогическое сопровождение и самоопределение старшеклассников.....	6
1.2. Особенности профессионального самоопределения старшеклассников..	11
1.3. Особенности личностного развития подростка.....	21
1.4. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников.....	33
<b>Вывод по 1 главе.....</b>	<b>43</b>
<b>Глава 2. Эмпирическое исследование психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников</b>	
2.1. Комплексная диагностика профессионального самоопределения старшеклассников.....	44
2.2. Программа сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников.....	52
2.3. Анализ результатов программы сопровождения.....	59
<b>Вывод по 2 главе.....</b>	<b>64</b>
<b>Заключение.....</b>	<b>65</b>
<b>Список литературы.....</b>	<b>68</b>
<b>Приложения.....</b>	<b>74</b>

## **Введение**

Ежегодно юноши и девушки, завершившие обучение в образовательной организации, начинают искать применение своим способностям, умениям и знаниям «во взрослой жизни». Однако большая часть выпускников сталкивается с такой проблемой, которая связана с выбором профессии, профилем обучения и с выбором высших учебных заведений. Старшеклассники плохо представляют себе, как будет складываться их дальнейшая трудовая жизнь. Все мы знаем, что правильно выбранная профессия способствует реализации себя в жизни, достижению высших результатов в своей трудовой и профессиональной деятельности.

Актуальность нашей работы заключается в том, что одной работы по профориентации в учебных заведениях, это мало для профессионального самоопределения старшеклассников. Ведь современный рынок труда содержит множество новых профессий, и ежегодно эти списки пополняются новыми специальностями. Однако старшеклассники даже не имеют представления о новых профессиях, которые сейчас существуют. Одни обучающиеся твердо уверены в своем выборе, другие же находятся в полном замешательстве. Поэтому на сегодняшний день для нынешних выпускников требуется очень серьезная работа по психолого-педагогическому сопровождению профессионального самоопределения старшеклассников в условиях современного образования.

До настоящего времени психолого - педагогическое сопровождение в отечественной психологии и педагогике рассматривалось как помощь для развития личности в процессе обучения, так и социально - психологическая помощь. На сегодняшний день данное определение пользуется высоким спросом в сфере образования, по проблемам организации обучения и воспитания в контексте модернизации обучения. Появляется много исследований в данной области. Исследованиями в сфере психолого - педагогического сопровождения занимались такие авторы как:

Е. М. Дубовская, Л. А. Петровская, Р. В. Овчарова, Э. М. Александровская, М. Р. Битянова. Изучением в сфере профессионального самоопределения занимались С. Н. Чистякова, С. В. Сальцева, К. К. Платонов.

**Целью нашей выпускной квалификационной работы является:** теоретическое обоснование, разработка и апробация программы сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников

**Объект исследования:** профессиональное самоопределение старшеклассников

**Предмет исследования:** психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников.

**Гипотеза:** профессиональное самоопределение старшеклассников будет успешным при условии специально разработанной психолого-педагогической программы сопровождения на основе занятий по самопознанию с учетом возрастных особенностей обучающихся

**Задачами являются:**

1. Определить сущность понятия «психолого – педагогического сопровождения» и «профессионального самоопределения»;
2. Рассмотреть особенности профессионального самоопределения старшеклассников
3. Определить особенности профессионального самоопределения обучающихся.
4. Разработать и апробировать программу по сопровождению профессионального самоопределения старшеклассников.

**Методы исследования:** анализ психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования; диагностика: Г. В. Резапкина «Профессиональный тип», А. Е. Голомшток «Карта интересов», Л. Йовайши «Опросник профессиональных склонностей» в модификации Г. В. Резапкиной; качественная и количественная обработка эмпирических данных, программа сопровождения

**Методологическая основа исследования:** в работу легли основные понятия сопровождения, психолого-педагогического сопровождения, самоопределения и профессионального самоопределения: Е. И. Казаковой, М. Р. Битяновой, Э. М. Александровской, Т. В. Кудрявцева, Э.Ф Зеера, К. Роджерса, П. Г. Щедровицкого, С. Н. Чистяковой, С. В. Сальцевой и К. К. Платонова. Так же в основу нашей работы легли труды автора Е. А. Климова: уровень и результат профессионального самоопределения, 8 углов ситуаций выбора профессии и психологическая готовность к самоопределению И. В. Дубровиной.

**Практическая значимость:** составленная психолого-педагогическая программа сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников будет полезной специалистам образовательных организаций, Центров профориентологии, родителям старшеклассников и всем заинтересованным лицам.

**Структура работы:** выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка литературы и приложений.

## **Глава 1. Теоретический анализ по проблеме психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников**

### **1.1. Сущность понятия психолого-педагогическое сопровождение и самоопределение старшеклассников**

Одним из немаловажных факторов профессионального самоопределения старшеклассников является психолого-педагогическое сопровождение. Что же представляет собой психолого-педагогическое сопровождение?

По мнению, отечественного психолога М. Р. Битяновой: «Сопровождение - это система профессиональной деятельности психолога, направленной на создание социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития ребенка в ситуациях школьного взаимодействия» [48].

А под сопровождением, по мнению Е. И. Казаковой, понимается метод, обеспечивающий создание условий для принятия субъектом развития оптимальных решений в различных ситуациях жизненного выбора.

В добавление к вышесказанному можно сказать о том, что сопровождение представляет собой: систему, метод, процесс, деятельность школьного психолога, в котором выделяются 3 важных компонента взаимосвязанных между собой:

1. систематический мониторинг за обучающимся, его психолого-педагогический статус, динамика его психического развития в процессе школьного обучения. Имеется виду, что с самого начала обучения начинается сбор информации о различных сторонах его психической жизни и динамике развития, что необходимо для создания условий успешного обучения и личностного роста каждого школьника. Что бы получить и анализировать данную информацию психолог использует методы педагогической и психологической диагностики [40].

2. Создание социально-психологических условий для успешного обучения и развития личности обучающихся. То есть, для обучающихся на основе полученных данных психодиагностики, разрабатываются программы психологического развития ребенка и определяются условия его успешного обучения. При этом учебно-воспитательный процесс в учебном заведении построен по гибким схемам, может изменяться и трансформироваться в зависимости от психологических особенностей тех детей, которые пришли обучаться в данное заведение [40].
3. Создание специальных социально-психологических условий для обучающихся, которые имеют проблемы в психологическом развитии и в обучении. Для того, что бы помочь таким обучающимся нужно продумать систему действий, конкретных мероприятий, которые позволяют им преодолеть или скомпенсировать возникшие проблемы [40].

Выше мы рассмотрели понятие «сопровождение» по мнению двух разных авторов и рассмотрели 3 обязательных взаимосвязанных компонента. Далее мы переходим к рассмотрению термина «психологическое сопровождение», которое впервые появилось в работах Г. Бардиер, Н. Ромазан и Т. Чередниковой. Авторы рассматривают данное понятие как концептуальный подход в работе с детьми детского сада, младших классов и как сопровождение естественного развития ребенка, предотвращая возможное искажение и торможение в развитии [14].

По мнению отечественного психолога М. Р. Битяновой, психологическое сопровождение это - модель организации психологической службы в образовании и отражение системы теоретических представлений о деятельности школьного психолога на практике [14].

Относительно недавно в отечественной науке появился еще один термин как «педагогическое сопровождение». Рассмотрим разные точки зрения авторов по поводу определения «педагогическое сопровождение».

Н. Б. Крылова и Е. А. Александрова считают, что педагогическое сопровождение - это умение быть рядом и следовать вместе с обучающимся. Сопровождать его в индивидуальном освоении получаемых знаний, сопутствуя в индивидуальном образовательном маршруте и в индивидуальном продвижении в обучении [35].

В. А. Айрапетов считает, что педагогическое сопровождение – это форма партнерского взаимодействия, в процессе которого согласуются смыслы деятельности и создаются условия для индивидуального принятия решений [35].

По мнению И. А. Колесниковой и В.А. Сластенина, педагогическое сопровождение - это процесс заинтересованного наблюдения, консультирования, личностного участия, поощрения максимальной самостоятельности обучающегося в проблемной ситуации при минимальном по сравнению с поддержкой участии педагога [36, с. 288].

Однако в выше приведенных определениях, например как в первом, не уточнено используются ли комплекс педагогических методов и средств, в педагогическом сопровождении или нет. Во втором, как происходит системное взаимодействие субъектов педагогической деятельности. В третьем определении в отличие от первого, перечислены методы педагогической деятельности сопровождающего педагога по отношению к обучающемуся.

Итак, проанализировав все определения о педагогическом сопровождении, можем сформулировать следующее итоговое определение: педагогическое сопровождение – это форма педагогической деятельности, направленная на создание условий для личностного развития и самореализации воспитанников, развитие их самостоятельности и уверенности в различных ситуациях жизненного выбора.

Если говорить о психолого-педагогическом сопровождении, то, по мнению Э. М. Александровской - это особый вид помощи обучающемуся, технология, предназначенная для оказания помощи на определенном этапе



развития в решении возникающих проблем, или в их предупреждении в условиях образовательного процесса [14].

М. Р. Битянова считает, что психолого-педагогическое сопровождение это система профессиональной деятельности психолога, направленная на успешное обучение и психологическое развитие ребенка в ситуациях взаимодействия [35].

На сегодняшний день психолого-педагогическое сопровождение старшеклассников представляет собой - помощь в профильной ориентации и профессиональном самоопределении, поддержка в решении таких проблем как: самопознание, поиск смысла жизни и достижение личной идентичности. Развитие временной перспективы и психосоциальной компетентности, а также развитие способностей к целеполаганию и профилактика девиантного поведения.

Ранее мы рассмотрели все понятия, которые связаны с сопровождением, теперь, рассмотрим понятие самоопределение старшеклассников, которое упоминается в термине психолого-педагогического сопровождения.

Теоретический анализ литературы свидетельствует о том, что в настоящее время термин «самоопределение» получил динамическое распространение. Однако однозначного толкования данный термин не имеет. Его интерпретация разными авторами не совпадает, что говорит о его многозначности.

В работах отечественных психологов и педагогов, таких как Э. Ф. Зеер, Т. В. Кудрявцев, Е. С. Романова - самоопределение рассматривается как центральное звено, компонент профессионального становления личности.

Самоопределение по К. Роджерсу – это существенная часть природы человека. Э. Эриксон отождествляет самоопределение с эго-идентичностью, которая проявляется в центрированности человека на себе, отождествлении себя с социальным окружением, определении ценности человека, его социальной роли.

Как отмечает П. Г. Щедровицкий самоопределение это - способность человека строить самого себя, свою индивидуальную историю, и умение переосмысливать собственную сущность.

В федеральном «Законе об образовании» самоопределение выступает как ведущая цель обучения и воспитания [41].

Так же существуют характеристики понятия «Профессиональное самоопределение». Так, например К. К. Платонов считает, что профессиональное самоопределение - это степень самооценки себя как специалиста определенной профессии, то есть содержательная сторона направленности личности, взаимодействующая с призванием; важнейший объект формирования личности в процессе профессиональной ориентации [16].

По мнению С. Н. Чистяковой профессиональное самоопределение - это процесс формирования личностью своего отношения к профессиональной трудовой сфере и способ ее самореализации, составная часть целостного жизненного самоопределения.

С. В. Сальцева рассматривает профессиональное самоопределение как - последовательный выбор профессиональной деятельности, обеспечивающий полноценную самореализацию личности в конкретных социальных условиях [13, с. 304].

В добавление к вышесказанному, хотелось бы отметить, что профессиональное самоопределение - это сложный динамический процесс формирования личностью системы своих основополагающих отношений к профессионально-трудовой среде, развития и самореализации духовных и физических возможностей, формирования им адекватных профессиональных намерений и планов, реалистического образа себя как профессионала [21, с. 136-140].

## **1.2 Особенности профессионального самоопределения старшекласников**

Профессиональное самоопределение – это самостоятельный выбор профессии, а так же деятельности, которая в будущем поможет определиться с трудовой сферой.

Целью профессионального самоопределения является - постепенное формирование внутренней готовности самостоятельно и осознанно планировать, корректировать и реализовывать перспективы своего профессионального, жизненного и личностного развития [49].

Профессиональное самоопределение начинается с самого детства, когда в ходе игры ребенок примеряет на себя роли разных профессий и заканчивается в старших классах, когда необходимо принимать решение о будущей профессии [25]. Но, И. В. Дубровина считает, что главным на данном этапе является не самоопределение, а психологическая готовность к самоопределению, которая предполагает:

- I. сформированность самосознания на высоком уровне психологических структур;
- II. развитость потребностей, обеспечивающих содержательную наполненность личности, среди которых центральное место занимают нравственные установки, ценностные ориентации и временные перспективы;
- III. становление предпосылок индивидуальности как результат развития и осознания своих способностей и интересов каждым старшекласником.

Если вернуться к профессиональному самоопределению старшекласников, то по окончании школы перед ними становится сложный выбор: во-первых, нужно выбрать профессию, во-вторых выбрать предметы для сдачи экзаменов, и в-третьих определиться с высшим учебным заведением.

Определиться с профессией является сложным процессом для старшеклассников. Но если подумать, то, какие мотивы и ситуации могут повлиять на выбор профессии? Что бы ответить на данный вопрос, мы обратимся к Е. А. Климову, который в своих трудах рассматривал 8 углов ситуаций выбора профессий [25]:

1. Позиция старших членов семьи.

Тут конечно позиция родителей неоднозначная. Одни родители полностью доверяют своему ребенку в выборе профессии, ведь это его мнение и его выбор. Другие родители наоборот, не согласны с выбором своего ребёнка и стараются навязать профессию, в которой они не смогли себя реализовать, но считают, что их сын или дочь вполне смогут. Либо есть третья позиция родителей, продолжать профессиональную карьеру семьи. То есть, если родители военные то и сын или дочь должны быть военными, не смотря на то, что у ребёнка есть другие приоритеты в профессии.

2. Позиция друзей (сверстников).

Мы прекрасно все знаем, что дружба это великая сила. Поэтому часто случается такое, что на выбор профессии влияют друзья или одноклассники. Некоторым неважно, где учиться, главное, что бы учились вместе со своим другом или одноклассником.

3. Позиция школьных педагогов и классного руководителя.

Не редко именно педагоги играют роль в выборе профессии, так как у каждого в школе есть «любимые» и «нелюбимые» предметы, которые связанные так же с личными качествами самих педагогов. Да и сами педагоги, как наблюдатели со стороны могут подсказать и дать совет в выборе профессии.

4. Личные профессиональные планы.

Каждый старшеклассник хоть раз задумывался, кем он хочет быть в будущем, и чем он хочет заниматься. Размышлял над целями, путями и средствами которые помогут ему, достичь свои профессиональные планы.

5. Способности.

Очень важны способности обучающихся, не только в рамках учебной деятельности, но и за её пределами, например в увлечениях. Ведь именно способности включены в оценку уровня профессиональной пригодности.

#### 6. Уровень притязаний на общественное признание.

Профессия дает человеку статус и авторитет в этом мире. Поэтому многим важно пойти учиться на ту специальность, которая престижна и признана в обществе, ведь для них важно мнение окружающих по поводу их деятельности.

#### 7. Информированность.

Чтобы не ошибиться в выборе профессии и не было неоправданных ожиданий, старшеклассники должны быть проинформированы о той, или иной профессии. Для этого в учебных заведениях проводят профориентационные работы, а так же приходят представители разных ВУЗов, которые рассказывают про то, какие есть направления и на кого ты можешь поступить. Так же существуют день открытых дверей во всех Вузах, куда ты можешь прийти и получить нужную для себя информацию о той или иной специальности.

Помимо выше сказанного в каждой школе есть старшеклассники, которые хотят учиться в других городах или за границей. Поэтому, чтобы не огорчиться в выбранной профессии, им стоит изучать информацию подробно через интернет, тем более эта информация сейчас вполне доступна.

#### 8. Склонности.

Для человека склонности крайне важны, ведь они проявляются и формируются в деятельности. Так, например, включаясь в разные виды деятельности, он может менять свои увлечения, а значит и направления. Особенно важно это для старшеклассников, так как допрофессиональные увлечения влияют на выбор будущей специальности.

На сегодняшний день формирование готовности к выбору будущей профессии достигается в ходе целенаправленного воздействия на личность. Для правильного выбора профессии важно не только определить

способности, мотивы и индивидуальные черты характера, а в первую очередь — профессиональную направленность субъекта [30, с. 79].

Профессиональная направленность понимается, прежде всего, как совокупность мотивационных образований (интересов, потребностей, склонностей, стремлений и др.), связанных с профессиональной деятельностью человека и влияющих на их выбор профессии. Немаловажным является и соответствие черт характера личности тому виду деятельности, интерес к которой в силу влияния различных социальных и культурных факторов, проявляет человек [27, с. 3].

Но все же, самым сложным и длительным процессом для старшеклассника есть и остается профессиональное самоопределение, которое включает в себя развитие самосознания, формирование системы ценностных ориентации, прогнозирование своего будущего и создание эталонов в виде идеального образа профессионала [39, с. 226-228].

Если продолжать говорить о процессе профессионального самоопределения опираясь на источники, то в них говорится о том, что данный процесс основывается и строится из двух путей:

- I. как процесс профессионального самоопределения, при котором учитываются лишь социальные и социально-психологические факторы, а личностные особенности не учитываются. То есть профессиональный путь строиться на внешней мотивации и стимуляции.
- II. как процесс профессионального самоопределения, при котором индивидуально-психологические особенности влияют на успешность профессионального становления. Данный путь профессионального развития является более адекватным и приводит человека к успеху в профессии [39, с. 226-228].

Так же, о процессе профессионального самоопределения в своих трудах упоминал Т. В. Кудрявцев. Он говорил о том, что данный процесс очень долгий, многосторонний, динамичный и содержащий ряд стадий:

- формирование профессиональных намерений;
- профессиональное обучение;
- профессиональную адаптацию;
- частичную или полную реализацию личности в профессиональном труде [37].

Немало важными являются и моменты профессионального самоопределения старшеклассников, которые включают в себя [4, с. 497-499]:

1. избирательное отношение субъекта как ко всем профессиям в целом, так и к конкретной выбранной профессии.
2. осознанный выбор профессии с учетом своих особенностей и возможностей, требований профессиональной деятельности и социально-экономических условий.
3. профессиональное самоопределение осуществляется в течение всей профессиональной жизни: личность постоянно рефлексировывает, переосмысливает свою профессиональную деятельность и самоутверждается в профессии.
4. актуализация личности инициируется разного рода событиями, такими как окончание общеобразовательной школы или профессионального учебного заведения, повышением квалификации, смена местожительства, аттестация и увольнение с работы.
5. профессиональное самоопределение является важной характеристикой социально-психологической зрелости личности, ее потребности в самореализации и самоактуализации.

Итак, выше мы рассмотрели про ситуации выбора профессии, про процесс, а так же про основные мотивы профессионального самоопределения. Теперь переходим к рассмотрению особенностей личностного и профессионального самоопределения старшеклассников:

- Во-первых, образ профессии, как когнитивное и эмоциональное образование, в определенной мере меняет концепцию общих целей в общественном и индивидуальном сознании людей. Если раньше идеальный образ профессионала был связан с образом конкретных людей и их профессиональной «биографией», то на сегодняшний день происходит замена «идеального образа профессионала» на «идеальный образ жизни» («европейский», «американский», «богемный» и др.) [50, с. 861-863]. Таким образом, профессия уже выступает как средство для достижения этого образа жизни, а не как существенная часть самого образа жизни.
- Во-вторых, мир профессий чрезвычайно динамичен и изменчив. Каждый год появляется множество новых профессий. И что бы быть успешным в быстро меняющемся мире, надо стремиться овладевать не одной единственной профессией, а несколькими смежными профессиями сразу.
- В-третьих, в течение жизни может появиться желание или необходимость изменить профессию или квалификацию. Поэтому нужно быть готовым к тому, что полученных знаний и умений в период обучения, не хватит на все время трудовой жизни. Ведь человеку в течение жизни не раз придётся переучиваться, заниматься самообразованием и самовоспитанием.
- В-четвертых, для современного динамически развивающегося общества востребован компетентный специалист, способный интегрировать знания, рожающий новый продукт собственной деятельности, творчески решающий проблемы, гибкий, готовый к самоизменению и самосовершенствованию.



- В-пятых, в современных условиях сам процесс профессионального самоопределения старшеклассников затруднен. Это связано из-за отсутствия ясного образа будущего, перспектив развития страны, общества в целом и отсутствия нормативно-ценностной системы в обществе

Существуют также 3 критерия готовности к профессиональному самоопределению старшеклассников, рассмотрим эти критерии более подробно:

- когнитивный – это степень информированности обучающихся об индивидуальных психофизиологических качествах, об выбранных профессиях, о том, где можно продолжить обучение и работать по выбранной специальности.
- мотивационно-потребностный – это характер мотивации и активности обучающихся, осознание значимости будущей профессии, связь интересов с ценностными ориентациями, интенсивность эмоциональных переживаний, волевых усилий и внимания.
- деятельностно-практический – это способность соотнесения своих индивидуальных особенностей и профессиональных требований по отношению к выбранной профессии и владение основными приемами работы.

В своих работах Е.А. Климов выделяет два уровня профессионального самоопределения, первый уровень – гностический, который включает в себя перестройку сознания и самосознания, а второй уровень – практический, то есть реальные изменения социального статуса человека [13 С. 304].

Более того, согласно схеме Е. А. Климова, результатом профессионального самоопределения считается принятие решения о выборе профессии. В данную схему входит:

1. самостоятельное составление общей обзорной ориентировки в мире профессий;
2. самостоятельное определение возможностей и ограничений, связанных с реальностью;
3. сбор сведений по выбранной профессии с учетом резервных вариантов;
4. продумывание поэтапных действий по освоению профессии;
5. мысленное продумывание структуры индивидуального профессионального плана;
6. принятие окончательного решения о выборе профессии [18, с. 24-27].

У большинства старшеклассников выбор профессии основывается на стереотипах, которые существуют в обществе. Они же и затрудняют поиск себя в профессиональном мире, и создают психологические трудности. К примеру, к таким проблемам относятся расхождение представлений о "работе" и "профессии" и несоответствие между оплачиваемой деятельностью и собственными увлечениями.

В основном при выборе профессии старшеклассники опираются на свои качества, которые больше всего у них доминируют. К примеру, сюда можно отнести нравственно-волевые, интеллектуальные и организаторские качества. Но, не стоит забывать и об самооценке, от которой зависит очень многое. В основном обучающиеся либо переоценивают себя и свои возможности, либо наоборот недооценивают. И в первом и во втором случае очень неприятные прогнозы, если старшеклассник переоценивает свои возможности, имея не столь высокий их уровень, то сделанный им выбор профессии в дальнейшем приведет его к разочарованию. Соответственно и заниженная самооценка имеет аналогичный неблагоприятный прогноз в выборе профессии.

Ещё один момент, связанный с профессиональным самоопределением, - изменение учебной мотивации. Многие старшеклассники рассматривают

учебу как необходимую базу, для будущей профессиональной деятельности. Многих интересуют только те предметы, которые нужны в дальнейшем. Но, если взять девятиклассников, которые сначала решают уйти после 9 класса, а затем остаться, то в таком случае их снова начинает волновать успеваемость. Отсюда и недостаточное внимание к "ненужным" учебным дисциплинам, и отказ от того пренебрежительного отношения к отметкам, которое было принято ранее. Как считает А. В. Петровский, именно в старшем школьном возрасте появляется сознательное отношение к обучению [19].

В то же время, пока одни выбирают профессию, ВУЗ и думают куда поступить, другие в это время, все откладывают на потом. Тут на помощь к таким старшеклассникам приходят родители, которые наоборот начинают психологически очень сильно давить на своих детей. Однако все это приводит к тому, что у старшеклассников такое давление вызывает только негативные результаты, вследствие чего у них повышается тревожность, и это нередко приводит к тому, что старшеклассник отказывается от профессионального самоопределения, уходя с головой в свои увлечения. Таким образом, родителям не стоит давить на свое ребёнка, им нужно находить другие подходы, что бы помочь ему с самоопределением. Ведь самое главное для старшеклассника, это поддержка и своевременная помощь со стороны родителей [37].

В жизни происходит и такой момент, что обучающийся уже давным-давно решил с самоопределением и рассматривать какую либо другую профессию категорически отказывается. Данная категоричность выбора и нежелание рассматривать другие варианты и возможности часто служат своего рода психологическим защитным механизмом, средством уйти от мучительных сомнений и колебаний. В будущем это может привести к разочарованию выбора профессии. Поэтому нужно серьезно относиться к своему выбору, всегда все обдумывать и никогда не принимать поспешных решений в выборе. Потому что, выбрать и поступить каждый сможет, но тут,

следовательно, возникает вопрос: не разочаруешься ли ты, на этапе обучения в своём выборе? Готов ли связать своё будущее с данной специальностью?

Выше мы говорили с Вами о выборе профессии, специальности и о ВУЗах. На сегодняшний день высших учебных заведений большое количество, особенно если речь идет о больших городах. Поэтому, помимо того, что возникают трудности в выборе профессии, они возникают и в выборе ВУЗа. Данные проблемы могут исходить, во-первых, из-за недостаточной профориентационной работы в школах, а во-вторых из-за нехватки информации об ВУЗах.

Следовательно, что бы решить все эти проблемы, в учебных заведениях должно быть психолого-педагогическое сопровождение старшеклассников, которое поможет им в профильной ориентации и профессиональном самоопределении, а так же окажет поддержку в решении различных проблем, как: самопознание, поиск смысла жизни и достижение личной идентичности.

Так же помимо психолого-педагогического сопровождения должна проводиться профориентационная работа со старшеклассниками.

Ведь как мы уже знаем, профессиональное самоопределение тесно связано с профориентацией и рассматривается как сложный динамический процесс формирования личностью системы своих основополагающих отношений к профессионально-трудовой среде, развития и самореализации духовных и физических возможностей, формирования им адекватных профессиональных намерений и планов, реалистического образа себя как профессионала [22 С. 57-66].

В заключении нам хотелось бы сказать, что нужно ответственно и серьезно относиться к профессиональному самоопределению. И что на этапе самоопределения, школа и родители должны помогать старшеклассникам, ведь если во время оказать помощь, то можно предотвратить негативные последствия.

### 1.3. Особенности личностного развития подростка

Подростковый возраст – один из наиболее сложных периодов в становлении личности. Он часто сопровождается эмоциональными нарушениями, поведенческими отклонениями и социальной дезадаптацией. Поэтому хронологические рамки для этого периода имеют условный, ориентировочный характер.

В психологии до настоящего времени ведутся дискуссии о хронологических рамках подросткового периода. Существует множество точек зрения на этот счет, так например:

1. Л.С. Выготский выделяет пубертатный возраст 14-18 лет и два кризиса: кризис 13 и 17 лет [23].
2. Э. Эриксон утверждает, что подростковый возраст приходится на стадию идентичности, которую человек проходит с 15 до 20 лет [23].
3. Л.Ф. Обухова говорит о том, что по современным данным подростковый период охватывает почти десятилетие – от 11 до 20 [31, с. 66].
4. А.М. Прихожан указывает, что этот период длится с 10-11 до 16-17 лет, совпадая в современной российской школе со временем обучения детей в 5-11 классах [23].
5. Д. Эльконин утверждал, что подростковый возраст начинается с 11 до 13-14 лет [31, с. 66].

Рассмотрев рамки подросткового возраста, перейдем непосредственно к его характеристике. В психологии как мы уже знаем, описание любого возраста начинается с социальной ситуации развития, ведущей вида деятельности и новообразований.

Особенность социальной ситуации развития заключается в том, что у подростка происходит переход от зависимого детства к самостоятельной и

ответственной взрослости. Подросток, с одной стороны, стремится стать автономным и самостоятельным, тут играет позиция «Я - взрослый» а, с другой стороны, он еще пока не может быть полностью независимым от родителей. И в таком случае подросток ждет от взрослых уважительного отношения к своим мыслям, чувствам, потребностям, интересам и выбору [11]. Так же он нуждается в любви, заботе со стороны своих родителей и в их мнении, не смотря на то, что подросток испытывает сильное желание быть самостоятельным и независимым.

Нередко в противовес чувству взрослости проявляется инфантилизм, то есть незрелость личности. В основном он порождается гиперопекой и поздним половым созреванием. Но, так же существуют и другие признаки проявляющегося инфантилизма у подростков, это:

1. Импульсивность и незавершённость действий.

Нередко наблюдается такое явление, что взявшись, за какое либо дело, подросток не может довести его до конца. Происходит это из-за того, что подросток не уверен в своих силах, он думает о том, что не сможет выполнить это задание, да и вообще это не его, ему это не нравится и на этом этапе всё завершается. Бывает и такое, что подросток, взявшись за какое-либо дело, стабильно его выполняет, а затем появляется или придумывается новое дело, и начатое ранее уходит на второй план. Насчёт импульсивности можно сказать так, что в подростковом возрасте это достаточно распространенное явление среди подростков. Большинство поступков у них проявляются на почве эмоций, или из-за каких либо внешних обстоятельствах.

2. Неспособность объяснить причины своих поступков.

Часто подросток совершая, какое либо действие, не может объяснить, почему он сделал именно так, что его подвигло к такому поступку. Да и многие из них являются необдуманными или являются показательными, сделал, что бы доказать или показать что-то кому-либо.

3. Неспособность планировать свою деятельность.

Из-за того что в детстве родители не научили своего ребёнка планировать свой день, то в старшем возрасте это делать становится ему еще сложнее. И в основном весь день у него проходит впустую, а полезного сделано мало. Поэтому детей надо учить еще со школы планировать правильно свою деятельность, тогда в будущем ему будет, гораздо легче справиться с планированием.

#### 4. Неспособность брать на себя ответственность.

Конечно во многих случаях, подростку легче, переложить ответственность на кого-либо другого, чем самому отвечать за что либо. С одной стороны это нормально, так как у подростка появляется страх, что он сделает что-то не правильно и его могут осудить. С другой стороны это может привести к тому, что и во взрослой жизни он будет всю ответственность переносить на другого человека, а еще хуже ее избегать.

В подростковом возрасте, развитие действительно, идет быстрыми темпами, особенно много изменений наблюдается в плане формирования личности. И, пожалуй, главная особенность подростка – личностная нестабильность. Противоположные черты, стремления, тенденции сосуществуют и борются друг с другом, определяя противоречивость характера и поведения взрослеющего ребенка.

Ведущим видом деятельности в этот возрастной период является интимно-личностное общение во всех сферах жизнедеятельности. Именно в начале подросткового возраста деятельность общения, сознательное экспериментирование с собственными отношениями с другими людьми (поиски друзей, выяснение отношений, конфликты и примирения, смена компаний) выделяются в относительно самостоятельную область жизни. Главная потребность периода — найти свое место в обществе, быть «значимым» — реализуется в сообществе сверстников [11].

У подростков возможность широкого общения со сверстниками определяет привлекательность занятий и интересов [17, с. 40-43]. Динамика мотивов общения со сверстниками на протяжении подросткового возраста:

- желание быть в среде сверстников, что-то делать вместе (10—11 лет);
- мотив занять определенное место в коллективе сверстников (12—13 лет);
- стремление к автономии и поиск признания ценности собственной личности (14—15 лет) [47, с. 349].

В общении со сверстниками происходит проигрывание самых разных сторон человеческих отношений, построение взаимоотношений, основанных на «кодексе товарищества», а так же реализуется стремление к глубокому взаимопониманию [12].

Общение со сверстниками это самое главное для подростков, благодаря этому у них проявляется:

- умение знакомиться с новыми людьми или с понравившимся ему человеком;
- чувство комфортности в своей компании, в которой он может разделять их нормы и интересы;
- ощущение индивидуальности и личности, которая может высказать свою точку зрения, выразить свои эмоции, чувства и мысли.

Интимно-личное общение со сверстниками — это деятельность, в которой происходит практическое освоение моральных норм и ценностей. В ней формируется самосознание как основное новообразование психики [47, с. 349]. Рассмотрим так же, какие еще могут быть новообразования в данном возрасте [43].

1. повышенная возбудимость, частая смена настроения (плаксивость, агрессивность, негативизм, апатия);
2. чувство взрослости – потребность подростка в отношении к себе как к взрослому;



3. склонность к рефлексии (как правило, самопознание происходит за счет сравнения себя с другими людьми, из-за чего нередко возможно развитие кризиса);
4. развитие волевых качеств;
5. интерес к противоположному полу и начало романтических отношений;
6. самоопределение;
7. переоценку ценностей (разрушение старой системы ценностей и переход к новой);
8. повышенную познавательную и творческую активность.

Еще одним из фактора новообразования, проявляющийся в этом возрасте является - подростковый эгоцентризм.

Эгоцентризм проявляется, когда подросток анализирует собственное поведение и свои какие-либо личностные качества, то есть у него происходит постоянная оценка самого себя, вследствие чего создается иллюзия, будто окружающие его люди постоянно оценивают его действия, поведения, чувства, внешний вид, образ мышления [10].

Если посмотреть с другой стороны, то эгоцентризм в развитии личности подростка проявляет себя в склонности преувеличивать и болезненно реагировать на собственные реальные или вымышленные телесные недостатки, подросток очень сосредоточен на своих внутренних переживаниях, и верит в уникальность этих страданий [20].

Подростки преодолевают свой эгоцентризм в большей степени благодаря близким межличностным и доверительным отношениям со сверстниками.

Подобным образом мы рассмотрели, ведущий вид деятельности, социальную ситуацию развития и новообразования в подростковом возрасте, далее перейдем к рассмотрению познавательных психических процессов как мышление и воображение в подростковом возрасте.

Итак, особенности теоретического мышления позволяют подросткам анализировать абстрактные идеи, искать ошибки и логические противоречия в суждениях. Сталкиваясь с новой задачей, старается отыскать разные возможные подходы к её решению, проверяя логическую эффективность каждого из них [44].

С общим интеллектуальным развитием связано развитие воображения. Сближение воображения с теоретическим мышлением побуждает к творчеству. Подростки начинают писать стихи и пьесы, серьёзно заниматься разными видами конструирования и изобразительным искусством. В своих фантазиях он лучше осознаёт собственные влечения и эмоции, впервые начинает представлять свой будущий жизненный путь. Фантазия становится на службу эмоциональной жизни, потребностей, настроений, чувств, переполняющих подростка и дает личное удовлетворение, напоминающей детскую игру [29].

Главное психологическое приобретение - открытие своего внутреннего мира. Но и оно вызывает много тревожных, драматических переживаний. «Внутреннее Я» не совпадает с «внешним» поведением. Вместе с осознанием своей уникальности, неповторимости, непохожести на других приходит чувство одиночества [16, с. 153].

Внешний вид подростка часто становится источником постоянных недоразумений и даже конфликтов в семье. Он считает себя уникальной личностью, но в то же время стремится ничем не отличаться от сверстников. С возрастом озабоченность внешностью обычно уменьшается. На первый план выступают теперь другие свойства «Я» – умственные способности, волевые и моральные качества, от которых зависит успешность деятельности и отношения с окружающими[34].

Если говорить о развитии волевых качеств, то они предопределяются, прежде всего, формированием самосознания подростка. Осознавая свои слабые стороны, они начинают заниматься самовоспитанием, что стимулирует у них развитие силы воли.

Так, например, у мальчиков способом развития у себя волевых качеств являются занятия различными видами спорта, связанные с большими физическими нагрузками, помимо развития волевых качеств, происходит и формирование мотивации достижения успехов, так как в спорте, как нам известно, все стремятся достичь высоких результатов.

В развитии волевых качеств личности у подростков выделяют определенную последовательность:

- В 1-ю очередь развиваются динамические физические качества: сила, быстрота, скорость реакции.
- Во 2-ю очередь развиваются качества, связанные со способностью выдерживать большие и длительные нагрузки: выносливость, выдержка, терпение и настойчивость.
- В 3-ю очередь формируются более сложные, и тонкие волевые качества: концентрация внимания, сосредоточенность и работоспособность.

Общая логика развития всех волевых качеств может быть представлена следующим образом: от умения управлять собой, концентрировать умения, выдерживать и выносить большие нагрузки до способности управлять деятельностью, добиваться в ней высоких результатов [33].

У девочек выработка волевых качеств идет по другой системе. Для них существует другой вид деятельности, в которых складываются и закрепляются соответствующие качества, чаще всего такими являются: обучение, занятия искусством, домоводство и женский вид спорта [26, с. 496].

Помимо развития волевых качеств, большую роль играет и эмоциональная сфера. Во-первых, переживания подростка становятся глубже, появляются более стойкие чувства. Во-вторых, более широкий круг явлений социальной действительности становится небезразличным подростку и порождает у него различные эмоции. В-третьих, для данного

возраста характерна легкая возбудимость, резкая смена настроений, переживания и импульсивность в поведении, особенно при определенных обстоятельствах [26].

Более того, в подростковом возрасте в связи с осознанием своей половой идентификации, усваиваются стереотипы поведения. Соответственно для девочек характерно следующее [10]:

- эмоциональная восприимчивость;
- реактивность;
- гибкое приспособление к конкретным обстоятельствам;
- стремление опекать младших;
- высокий интерес к своей внешности;
- сочетание кокетства с застенчивостью и стыдливостью;
- аккуратность;
- исполнительность.

Мальчики же больше интересуются областью отвлечённого, например абстрактными явлениями, мировоззренческими проблемами и точными науками. Они более раскованы в поведении, хуже подчиняются общепринятым требованиям, в неблагоприятных условиях у них легче возникает и труднее корректируется отрицательное отношение к школе, значительную роль в сознании и поведении приобретают сексуальные интересы[47, с. 349].

К выше сказанному, хотелось бы добавить, что подросток, ощущая какие либо физические изменения, пытается вести себя как взрослый. Он начинает проявлять чрезмерную активность и необоснованную самоуверенность, при этом, не признавая поддержку взрослых [45]. Для него становится приоритетным мнение коллектива о себе, о своих поступках. Подросток испытывает потребность в наличии друга, с которым можно делиться своими сокровенными мыслями и тайнами.

В этот период наблюдается направленность на себя, самоисследование, самоанализ. Ребенок стремится к признанию окружающими своих заслуг. Он слишком чувствителен и раним, эмоционально нестабилен. Нередко проявляется агрессивность, граничащая с неврозоподобным состоянием. Такие изменения всех сфер поглощают подростка целиком.

Важно в этот период помочь ребенку осознать, что этот сложный период в жизни скоро пройдет, необходимо лишь преодолеть очередную ступеньку на пути к взрослой жизни.

Для того чтобы пережить подростковый период наиболее благоприятно, на волне взаимопонимания и согласия, необходимо реализовать следующие задачи:

- Окружить любовью и взаимопониманием ребенка;
- Позволить ребенку быть независимым в принятии решений;
- Уважать выбранную им позицию;
- Ограничения должны быть чётко высказанными, понятными для подростка, связаны с ценностями или со значением для его дальнейшей жизни;
- Установить ненавязчивое общение с ребёнком, пояснить ему, что этот трудный период закончится, оказывать поддержку. Следует попытаться стать для него другом и советчиком.

Помимо самоисследования и самоанализа еще одним из важных компонентов в подростковом возрасте является и самоуважение. Это понятие многозначно, оно подразумевает и удовлетворенность собой, и принятие себя, и положительное отношение к себе, и согласованность своего «реального» и «идеального» Я. Подростки с пониженным самоуважением особенно ранимы и чувствительны ко всему, что как-то затрагивает их самооценку. Они болезненно реагируют, если у них что-то не получается в работе или если они обнаруживают в себе какой-то недостаток[8].

Несовпадение «реального» и «идеального» «Я» – вполне нормальное, естественное следствие роста самосознания и необходимая предпосылка целенаправленного самовоспитания. Расхождение «реального» и «идеального» «Я» – функция не только возраста, но и интеллекта [2]. У интеллектуально развитых подростков расхождение между теми свойствами, которые индивид себе приписывает, и теми, которыми он хотел бы обладать, значительно больше, чем у ребят со средними способностями.

К выше сказанному, можно добавить, что в подростковом возрасте проявляются и кризисные моменты, которые переживаются подростками. Мы можем выделить три группы причин, которые могут лежать в основе кризиса.

Во-первых, это физиологические причины, которые связаны с бурным ростом и половым созреванием организма. В этот период происходит резкий скачок в физическом развитии. Часто подросток кажется неуклюжим. Возрастает контроль над инстинктами, эмоциями. В связи с физиологическими особенностями развития девочки-подростки выглядят старше мальчиков-подростков [42].

Во-вторых, это психологические причины. Связаны со становлением нравственности. Происходит открытие своего «я», приобретается новая социальная позиция. Пора мучительно-тревожных сомнений в себе, в своих возможностях, поиски правды в себе и других. Не всегда адекватно оцениваются свои возможности, нет четкого различия между «хотеть» и «мочь». В поведении в связи с этим наблюдаются подозрительность, озлобленность, раздражительность. Мир его понятий и представлений переполнен не оформленными до конца знаниями о самом себе и о жизни, планами на свое будущее и будущее общества. Он мучительно ищет ответы на вопросы: «Кто я есть? Какой я в сравнении с другими людьми? Что я хочу? На что я способен?» [42].

В-третьих, социально-психологические причины. Связаны с усвоением социума, общих признаков устройства мира. Мир подростка насыщен

идеальными настроениями, которые выводят его за пределы обыденной жизни, взаимоотношений с другими людьми. Объектом самых важных его размышлений становятся будущие возможности, которые связаны с ним лично: выбор профессии, стремление уметь взаимодействовать с социальными группами. У подростка появляется так называемое чувство взрослости: потребность быть, казаться и вести себя как взрослый, стать независимым и обрести взрослые права [42].

Не смотря на общие характеристики этого возраста, современные подростки обладают отличительными особенностями. Они по-другому воспринимают мир, мыслят по-другому, проявляют агрессию на слова, замечания или просьбы со стороны старших. Когда их заставляют что-то делать, то они не хотят выполнять указания взрослых, часто требовательны и настойчивы [6].

Психологи отмечают чрезмерную подвижность и гиперактивность детей этого возраста. С одной стороны, современные подростки демонстрируют уникальные способности, быстро схватывают информацию, легко обращаются с информационными носителями с другой стороны, за последнее время резко увеличилось число детей с ослабленным здоровьем, с синдромом нарушенного внимания или гиперактивностью, с нарушениями эмоционально-волевой сферы [7, с. 20-26].

В личном опыте подростка, как правило, отсутствует переживание успеха как личного достижения, личной победы, заработанной с помощью собственной активности. Они менее ориентированы на профессиональное становление и больше на счастливую и обеспеченную семейную жизнь, они не понимают смысл слов «творчество», «познание», их попытки размышлять о будущем после школы вызывают всплеск личностной тревожности.

Надо отметить, что большинство подростков сталкиваются с неприглядными сторонами жизни родителей: усталостью, раздражительностью, безразличием к психологическим проблемам детей, переживанием своей беспомощности и тревоги за завтрашний день [42].

Поэтому, что бы подросток был направлен в правильное русло в своём личностном развитии, нужна большая поддержка со стороны родителей. В первую очередь им нужно больше общаться со своими детьми. Должны быть заинтересованы в том, что нравится подростку, чем он увлекается, чем он хочет заниматься в будущем и кем он хотел бы стать в профессиональном плане. Помимо этого родителям нужно интересоваться у своего ребёнка как обстоят дела в школе.

Соответственно, если дома за подростком наблюдают родители, то в учебном заведении педагогам нужно обращать большое внимание на то, если в поведении подростка что-то изменилось и поменялось.

Если всё выше сказанное будет происходить в жизни подростка, тогда он легче переживет подростковый период, и соответственно будет развиваться полноценная личность, которая в будущем будет востребована обществом.



#### **1.4. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников**

Одной из главных проблем старшеклассников есть и остается, выбор деятельности, которая в будущем может обеспечить профессиональный рост и реализацию жизненных планов. Однако не все могут сделать правильный выбор, зачастую некоторые стремятся выбрать профессию, которая приносит большой доход, или которая считается престижной в обществе, но остается вопрос, сможет ли старшеклассник, реализовать себя в этой специальности?

Многие из них не задумываются о том, что в процессе обучения могут разочароваться, а обучаться ради того, что бы получить диплом, это не самая хорошая сторона решения. Кто-то в своём решении полагается на интуицию, размышляя, что эта профессия точно мне подойдет. Есть те, у кого в приоритете стоит мнение родителей или мнение друга.

Опираясь на выше сказанное, мы можем сделать такой вывод, что на сегодняшний день, старшеклассники мало проинформированы о тех профессиях, которые есть в настоящее время и востребованы на рынке труда.

Отсутствие у старшеклассников опыта и проверки своих склонностей, в какой либо профессиональной деятельности порождает у них трудности, как при выборе профессионального пути, так и его реализации. Именно поэтому старшеклассники нуждаются в руководстве и помощи специалистов по вопросам профориентации.

Однако прежде чем помогать старшекласснику в профессиональном самоопределении, необходимо осознать цель и смысл оказания помощи. Помимо этого должны быть ясные представления перспектив и ограничений развития личности в зависимости от выбора профессии и дальнейшего профессионального образования. Недостаточно просто дать рекомендации старшекласснику нужно обеспечивать для него условия, которые будут стимулировать его развиваться, и в конечном итоге обучающийся сам сможет взять на себя ответственность за тот или иной профессиональный выбор.

Подвести каждого обучающегося к профессиональному самоопределению и сознательному выбору трудового жизненного пути возможно только в процессе профориентационной работы. В то же время профориентация может, осуществляться через реализацию следующих подходов [9]:

1. Деятельностный подход. В данном подходе, деятельность является – основой, условием и средством профессионального самоопределения и развития старшеклассников;
2. Активизирующий подход. В данном подходе обучающийся является субъектом собственного профессионального самоопределения и развития.
3. Развивающий подход. Тут происходит смена оказания помощи в конкретном профессиональном выборе на развитие тех качеств и умений, которые дают возможность в будущем самостоятельно строить и корректировать свой выбор с учетом изменений ситуации;
4. Психологический подход. Данный подход предполагает построение профориентационной работы на основе психологических знаний о закономерностях процесса профессионального самоопределения и развития, о методах исследования личности и о методах коррекции личности;
5. Возрастной подход. Происходит реализация профориентационной работы с учетом возрастного периода развития человека.

К тому же, выбор своей дальнейшей деятельности, в значительной степени определяется психологической готовностью старшеклассника к выбору профессии, а формирование такой готовности как раз и является одной из главных задач психолого-педагогического сопровождения.

Если говорить о психолого-педагогическом сопровождении, то, по мнению Э. М. Александровской - это особый вид помощи обучающемуся,

технология, предназначенная для оказания помощи на определенном этапе развития в решении возникающих проблем, или в их предупреждении в условиях образовательного процесса [4].

М. Р. Битянова считает, что психолого-педагогическое сопровождение это система профессиональной деятельности психолога, направленная на успешное обучение и психологическое развитие ребенка в ситуациях взаимодействия [35].

Целью данного сопровождения является создание социально-психологических условий для развития личности обучающихся и их успешного обучения [3].

Теперь, рассмотрим, какие задачи решаются в ходе психолого-педагогического сопровождения[3]:

1. осуществление мониторинга развития индивидуально-личностных характеристик ребенка;
2. помощь / содействие ребёнку в решении актуальных задач развития, обучения и социализации:
  - учебные трудности;
  - проблемы с выбором образовательного и профессионального маршрута;
  - нарушения эмоционально-волевой сферы;
  - проблемы взаимоотношений со сверстниками, педагогами или родителями.
3. создание специальных социально-психологических условий для оказания помощи детям, имеющим проблемы в психологическом развитии и обучении;
4. формирование способности к самопознанию, саморазвитию и самоопределению.

Практико-ориентированной задачей сопровождения становится внесение в образовательный процесс средств, помогающих раскрытию

личности в различных видах деятельности, вхождение обучающегося в сложноорганизованное широкое социокультурное пространство и соответственно, восприятия им окружающего мира через призму собственных ценностей.

Если говорить о психолого-педагогическом сопровождении, то в профессиональном сопровождении старшеклассников должны присутствовать такие направления как [1, с. 868- 871]:

- создание условий, которые будут способствовать формированию у старшеклассников реального представления о своей личности, жизненных ценностях, способностях и возможностях;
- обучение старшеклассников способам самоанализа в решении проблемных ситуаций;
- объединение образовательного процесса с практикой профессионального самоопределения старшеклассников;
- организация индивидуальных маршрутов профильной подготовки старшеклассников с учетом их профессионального самоопределения;
- консолидация школы с высшими учебными заведениями.

Следовательно, можем сделать вывод, что психолого-педагогическое сопровождение это деятельность, которая направлена на решение индивидуальных проблем, а так же способствующая успешному профессиональному самоопределению и личностному становлению обучающегося.

Помимо выше сказанного, что бы помочь старшеклассникам, в выборе профессии, необходимо организовывать для них специальную деятельность, которая включает в себя:

1. Получение знаний о себе (образ «Я»);
2. Предоставление информации о мире профессий (анализ профессий, профессиональной деятельности);

### 3. Соотношение знаний о себе и знаний о профессиональной деятельности.

Более того сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников представляет собой сложную многоуровневую систему, которая включает в себя следующее [46, с. 101-105]:

1. Профессиональное просвещение. Без осуществления профессионального просвещения невозможна эффективная подготовка школьников к осознанному выбору профессии. Обучающиеся должны быть проинформированы о профессиях и о способах и условиях овладения ими. Информация должна быть представлена и об общественной значимости тех профессий, в которых в настоящий момент испытывает потребность экономика страны.
2. Профессиональная диагностика. В процессе диагностики изучаются особенности личности подростка, имеющие значение при осуществлении профессионального выбора: интересы, ценности, потребности, склонности, способности, профессиональные намерения, профессиональная направленность, черты характера, темперамент и состояние здоровья. Имеет значение также изучение уровня тревожности как показателя эмоционального благополучия подростка.
3. Развитие интересов и склонностей обучающихся. Складывается из таких важных элементов, как формирование профессиональных интересов, воспитание уважительного отношения к выбранной профессии и психологическая готовность к работе.
4. Профессиональная консультация. Установление соответствия индивидуальных, психологических и личностных особенностей характерные требованиям той или иной профессии.

В рамках психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников система психолого-педагогической деятельности предполагает прохождение следующих этапов:

1. Диагностический этап

- фиксирование фактов и сигналов проблемности;
- планирование условий диагностики предполагаемой проблемы;
- установление контакта с обучающимся;
- проговаривание постановки проблемы и проигрывание ее с обучающимся;
- Совместный анализ проблемы с точки зрения значимости для обучающегося.

2. Целеполагание - определение, создание цели, размышление над образом желаемого будущего.

3. Поисковый - организация совместно с ребенком поиска причин возникновения проблемы, взгляд на ситуацию со стороны.

4. Договорно-установочный

- проектирование действий педагога и обучающегося, тут идет разделение функций и ответственности по решению проблемы);
- налаживание договорных отношений;
- заключение договора в любой форме и готовность к выбору, обеспечивающий устойчивый целенаправленный характер протекания действий по отношению к проблеме.

5. Содержательно-деятельностный - когда действует сам обучающийся, то со стороны педагога должно быть - принятие его действий, стимулирование, обращение внимания на успешность самостоятельных шагов и поощрение инициативы;

если действует сам педагог, то: координация действий специалистов, и тут же прямая помощь обучающемуся.

6. Рефлексивно-коррекционный - совместное с ребенком обсуждение успехов и неудач предыдущих этапов деятельности, констатация факта разрешимости проблемы, переформулирование затруднения и, при необходимости, исправление хода совместной деятельности.

Так же в литературе существует 3 показателя по С. Н. Чистяковой, которые являются результатом психологического сопровождения профессионального самоопределения обучающихся [38]:

1. Ценностно-смысловой показатель

- наличие мотивов выбора профессии;
- положительное отношение к ситуации выбора;
- активная позиция обучающегося в осуществлении процесса принятия решения о выборе профессии;
- наличие запасных вариантов профессионального выбора.

2. Информационный показатель

- полнота и дифференцированность знаний о мире профессий;
- умение работать с источниками информации;
- информированность о требованиях профессии к индивидуальным характеристикам человека.

3. Деятельностно-практический показатель

- умение ставить цель выбора профессии и составлять программу действий для ее достижения;
- самоанализ имеющихся вариантов выбора профессии;
- самоконтроль и коррекция профессиональных планов;
- самоактуализация потенциальных возможностей, направленных на формирование готовности к принятию решения о выборе профессии.

В добавление к вышесказанному можно отметить, что результатом психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников так же является сформированность профориентационно значимой компетентности и способности выступать в качестве субъекта профессионального выбора, выражающиеся в готовности старшеклассника [32]:

- испытывать и удовлетворять потребность во взвешенном выборе направления продолжения образования, в последующей самореализации в избранном образовательном профиле;
- в самовыражении в образовательном и профессиональном сообществе, в продуктивном освоении образовательной среды;
- выделять варианты выбора из предлагаемых образовательным пространством или конструировать собственные версии образовательного и профессионального самопродвижения;
- ставить образовательную и профессиональную цель, использовать и координировать внутренние и внешние ресурсы для достижения поставленной цели;
- приобретать опыт создания личностно значимых образовательных продуктов, играющих роль профильных и профессиональных проб, проводить его рефлексивное осмысление;
- владеть комплексом способов деятельности по обеспечению принятия решения о продолжении образования и профессиональном становлении в условиях изменяющегося общества и рынка труда;
- распознавать и преодолевать внешнее манипулятивное влияние на процесс становления субъектной позиции, затрагивающей проблемы проектирования образовательного и профессионального выбора.



Ранее Мы с Вами рассмотрели цель и задачи психолого-педагогического сопровождения, но не рассмотрели, в чем состоит задача педагога-психолога [24].

Задача педагога - психолога – состоит в том, что бы:

1. создать условия, в которых: во-первых обучающийся сможет увидеть, пережить и примерить на себя различные варианты поведения, во-вторых, узнает о путях решений своих проблем, в-третьих, он будет проинформирован о том, как можно самореализоваться и утвердиться в этом мире;
2. показать альтернативные пути и научить, ими пользоваться – в этом смысл профессиональной сопровождающей деятельности школьного психолога.

А вот воспользуется ли старшеклассник этими новыми знаниями или нет, зависит только от него. Но, не нужно забывать о том, что многое зависит и от родителей, так как они все ещё несут основную ответственность за его жизнь.

Подводя итоги, можем сказать о том, что психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников должна оказывать помощь в осознании своих способностей и стремлений и должна являться неотъемлемой частью педагогического процесса в учебном заведении [33].

На самом-то деле, роль психологического сопровождения профессионального самоопределения заключается не только в оказании своевременной помощи и поддержки личности, но и в обучении самостоятельно преодолевать трудности этого процесса, ответственно относиться к своему самоопределению и стать наконец-то полноценным субъектом своей профессиональной жизни.

Необходимость решения всех выше перечисленных условий обусловлено социально-экономической нестабильностью, многочисленными переменами в жизни каждого человека, индивидуально-психологическими

особенностями, а также случайными обстоятельствами или иррациональными тенденциями жизнедеятельности [28].

Таким образом, можем сказать о том, что психолого-педагогическое сопровождение является очень важной частью, для профессионального развития личности. Дает большую поддержку и помощь для того, что бы старшеклассники могли определиться с выбором будущей профессии. Помогает поддерживать адекватную самооценку у обучающихся и укрепляет их профессиональное Я. На наш взгляд сопровождение должно быть в каждой общеобразовательной организации. Многие старшеклассники нуждаются в помощи и в поддержке. Если во время выявить затруднения в профессиональном выборе и помочь, то повысится уровень специалистов, в которых нуждается наше общество. Поэтому нужно создавать все условия, в которых нуждаются старшеклассники, поддерживать их эмоциональный фон, а если есть затруднения с самоопределением, то сделать так, что бы подвести обучающегося к осознанному и правильному выбору, который он сделает самостоятельно.

На сегодняшний день во многих Вузах проходит такое мероприятие как день открытых дверей, куда могут прийти все желающие. Главное просвещать старшеклассников о таких мероприятиях и возможно будет лучше, если педагог или психолог будет сопровождать туда обучающихся. Ведь там они могут узнать о различных направлениях, задать вопросы которые их интересуют, и узнать много полезной информации. Помимо дня открытых дверей, сами представители Вузов приходят в школы, где проводят профориентационное мероприятие для обучающихся, особенно касается это старших классов. Так же существует центры занятости, куда так же можно организовать экскурсию. Главное что бы учебное заведение было заинтересовано в профессиональном сопровождении обучающихся и сами обучающиеся были уверены в том, что им помогут в этот трудный период.

## **Вывод по первой главе**

В первой главе мы проанализировали основные понятия, рассмотрев более подробно каждое определение с точек зрения разных авторов. Так например: исследованиями в сфере сопровождения занимались следующие авторы: М. Р. Битянова и Е. И. Казакова, в сфере психолого - педагогического сопровождения занимались такие авторы как: Е. М. Дубовская, Л. А. Петровская, Р. В. Овчарова, Э. М. Александровская, М. Р. Битянова. Изучением в сфере профессионального самоопределения занимались С. Н. Чистякова, С. В. Сальцева, К. К. Платонов.

Раскрыли особенности личностного и профессионального самоопределения старшеклассников на сегодняшний день. В основу профессионального самоопределения легли такие авторы как: И. В. Дубровина, Е. А. Климов, Т. В. Кудрявцев, Е. А. Климов. В теорию о особенностях личностного развития легли хронологические рамки подросткового возраста Л. С. Выготского, Э. Эриксона, А. М. Прихожана, Д. Эльконина, «Возрастная психология» И. В. Шоповаленко, М. Хилько и Л. Ц. Кагермазовой, «Психологические особенности подростка» Т. Б. Камионской, «Психология юношеского возраста» И. С. Кона и «Психология» Р. С. Немова.

Детально описали, как происходит развитие подростка, начиная с хронологических рамок подросткового возраста, ведущего вида деятельности, социальной ситуации развития, новообразования и заканчивая рассмотрением интеллектуального развития, главных психологических приобретений, волевых качеств, эмоциональной сферы и кризисных моментов.

Так же в первой главе нашей работы мы проанализировали цель, задачи и суть психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения в общеобразовательных организациях на сегодняшний день.

## **Глава 2. Эмпирическое исследование психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников**

### **2.1. Комплексная диагностика профессионального самоопределения старшеклассников**

Опираясь на результаты диагностики обучающихся, нами была разработана программа сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников. Данная программа требует эмпирической проверки и подтверждения её эффективности.

Исходя из этого, были сформированы цель и задачи нашего исследования.

**Цель:** разработать и апробировать программу сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников

#### **Задачи эмпирической части исследования:**

1. Подобрать подходящие методики для диагностики;
2. Провести исследование на выборке испытуемых;
3. Проанализировать данные первичной диагностики, определить уровень профессионального самоопределения старшеклассников;
4. Разработать и апробировать на практике программу сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников;
5. Проанализировать полученные результаты повторной диагностики.

#### **Наше эмпирическое исследование состояло из следующих этапов:**

1. Подбор методик для диагностики самоопределения старшеклассников;
2. Проведение констатирующего эксперимента посредством диагностики у экспериментальной и контрольной группы;
3. Проведение программы сопровождения «Моя будущая профессия»

4. Повторное проведение диагностики у экспериментальной и контрольной группы
5. Анализ полученных результатов

**Исследование проводилось:** на базе МАОУ – Гимназия № 47, г. Екатеринбурга, в феврале-марте 2018 года.

В исследовании принимало участие 50 обучающихся среди десятых классов, средний возраст которых составлял шестнадцать с половиной лет.

Методом рандомизации нами были сформированы две группы испытуемых - контрольная и экспериментальная в равном количестве участников, по 12 человек в каждой. В контрольной и экспериментальной группе находятся 5 обучающихся с низкими результатами и 7 обучающихся со средними результатами профессионального самоопределения.

Для обработки результатов использовался U-критерий Манна-Уитни, который позволил выявить различия показателей до и после проведения программы.

**Для проведения исследования были подобраны следующие методики:**

**1. Методика профориентации личности «Карта интересов» (А. Е. Голомшток).**

Методика предназначена для изучения интересов и склонностей школьников старших классов в различных сферах деятельности. Голомшток выделяет 23 таких сферы: физика, математика, химия, астрономия, биология, медицина, сельское хозяйство, филология, журналистика, история, искусство, геология, география, общественная деятельность, право, транспорт, педагогика, рабочие специальности, сфера обслуживания, строительство, легкая промышленность, техника и электротехника.

**2. Опросник профессиональных склонностей Л. Йовайши в модификации Г. В. Резапкиной.**

Методика направлена для выявления профессиональных склонностей по 6 шкалам, таким как: склонность к работе с людьми, к исследовательской деятельности, к практической деятельности, к эстетическим видам деятельности, к экстремальным видам деятельности и к планово-экономическим видам деятельности.

### 3. Методика на определение профессионального типа личности Дж.

#### Холланда в модификации Г. В. Резапкиной

Методика направлена на определение профессионального типа личности из 6 предложенных типов Г.В. Резапкиной: реалистический, интеллектуальный, социальный, офисный, предпринимательский, артистический.

Из каждой пары профессии нужно выбрать одну, наиболее привлекательную и отметить.

#### Количественный и качественный анализ результатов

##### 1. Результаты диагностики по методике «Карта интересов».

Диаграмма 1

Результаты диагностики «Карта интересов»



В диаграмме 1 представлены результаты диагностики интересов и склонностей десятых классов.

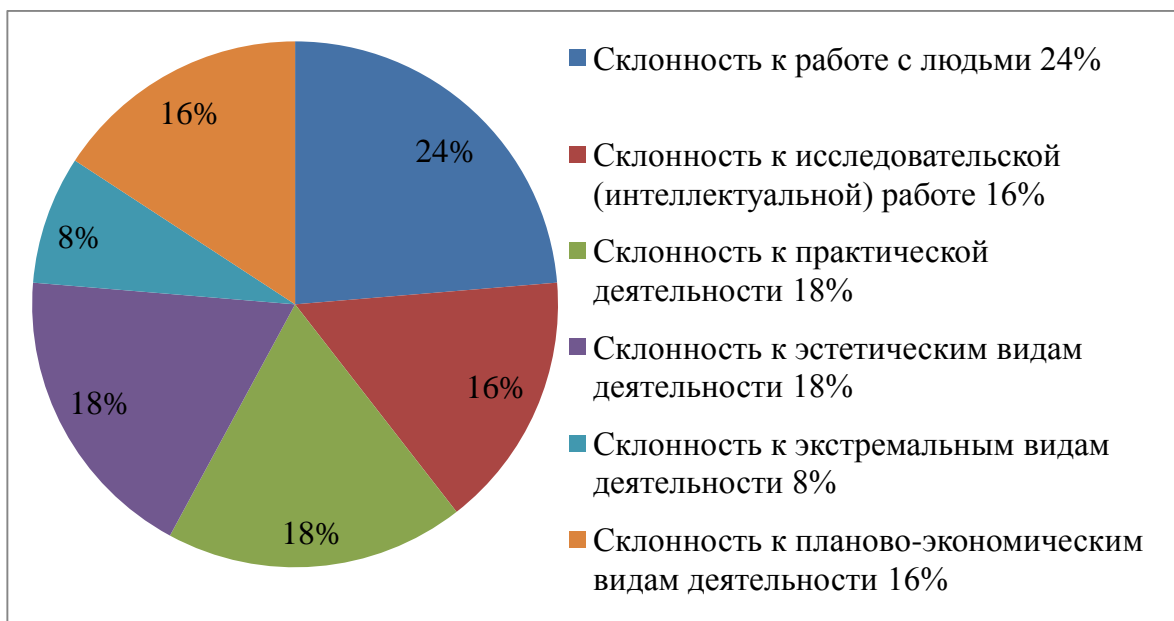
Таким образом, с помощью методики «Карта интересов» мы выявили, какие отрасли деятельности преобладают у десятого класса:

- Биология, физика и техника встречается у 4 человек (7%);
- Математика, педагогика, химия и иностранный язык встречается у 5 человек (8%);
- Юриспруденция, экономика и общественная деятельность встречается у 3 человек (5%);
- Медицина, журналистика, военная специальность, литература и строительство встречается у 5 человек (3%);
- Электро и радиотехника, сценическое искусство, музыка, легкая и пищевая промышленность, изобразительное искусство и история встречается у 6 людей (2%).

## 2. Анализ результатов, полученных с помощью опросника «Профессиональные склонности»

Диаграмма 2

Результаты диагностики «Профессиональные склонности»



Методика показала, что у 24% обучающихся наблюдается склонность к работе с людьми. К данной группе входят профессии, которые связаны с управлением, обучением и воспитанием. Обучающиеся, которые относятся к данной склонности, очень общительны и могут спокойно находить общий язык с разными людьми.

Склонность к исследовательской работе и планомерно – экономическим видам деятельности наблюдается у 16 % обучающихся. К исследовательской работе относятся профессии, которые связаны с научной деятельностью. Поэтому, мы можем сделать вывод, что данные обучающиеся могут свободно выражать и отстаивать свою точку зрения, у них преобладает такая черта, как рациональность, а так же у данных обучающихся наблюдается аналитический склад ума. Обучающиеся, которые относят себя к данной деятельности, обладают дисциплинированностью и пунктуальностью.

Склонность к практической деятельности преобладает у 18 % обучающихся. У данных старшеклассников наблюдается интерес примерно к таким профессиям, как: производство и обработка металла, сборка и реставрация приборов и различных механизмов, монтаж, ремонт зданий, конструкций, управление транспортом и изготовление изделий.

Так же, у 18 % обучающихся наблюдается склонность к эстетическим видам деятельности. Люди, которые относятся к данной группе, творческие, оригинальные и независимые, так как деятельность в данном случае носит творческий характер.

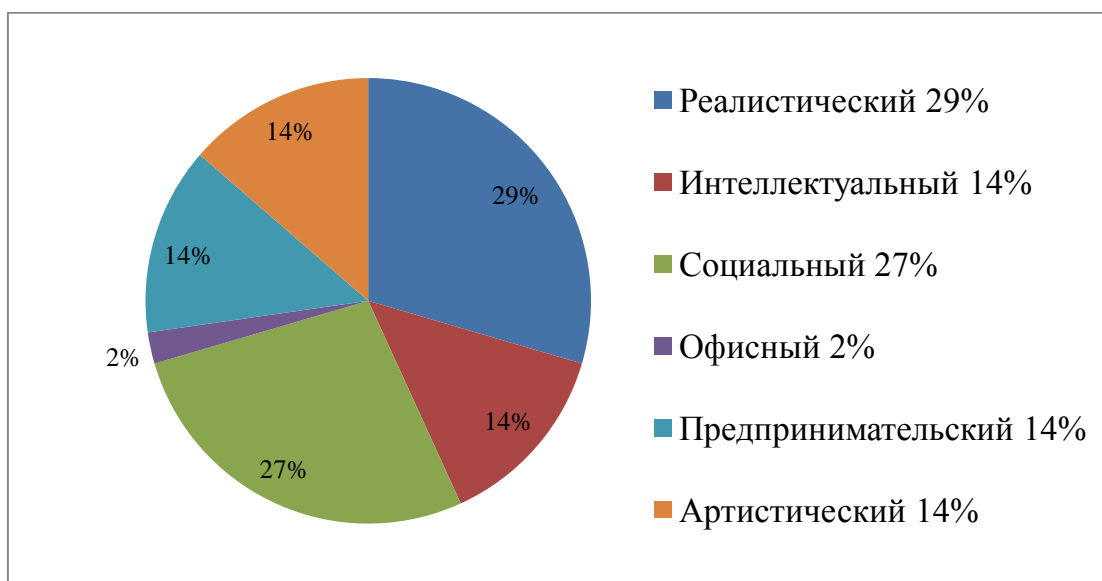
Помимо этого, у 8 % старшеклассников преобладает склонность к экстремальным видам деятельности. Сюда относятся профессии, которые требуют от себя хорошую физическую подготовку, крепкое здоровье и хорошо развитые волевые качества.

### **3. Анализ результатов, полученных с помощью методики «Профессиональный тип личности»**

Диаграмма 3.



### Результаты методики «Профессиональный тип личности»



Методика показала, что самый распространённый тип личности у обучающихся (29 %) это реалистический тип личности. Данные обучающиеся предпочитают выполнять работу, которая связанная с ловкостью, подвижностью, требующая силы и навыков практической деятельности. Они больше делают, чем говорят и всегда настаивают на своём. В работе требуют четких и конкретных указаний.

У 27 % десятиклассников доминирует социальный тип личности. Данные старшеклассники предпочитают деятельность, которая связана с воспитанием, обучением, лечением и консультированием. Они чувствительны, активные, всегда ориентируются на социальные нормы и могут понять эмоционально состояние другого человека. К тому же у старшеклассников, у которых социальный тип личности, хорошо развита речь.

Интеллектуальный, артистический и предпринимательский тип личности преобладает у 14% десятиклассников.

Обучающиеся с интеллектуальным типом личности отличаются от остальных своими аналитическими способностями, независимостью и оригинальностью мышления, умением точно формулировать и излагать свои мысли. Они очень творческие и трудолюбивые.

Обучающиеся с артистическим типом личности, довольно творческие и оригинальные, редко ориентируются на социальные нормы и одобрение со стороны окружающих. Больше предпочитают свободу в работе и не выносят регламентацию. Для них будущая деятельность может быть связана с литературой, театром, музыкой или изобразительным искусством.

Обучающиеся с предпринимательским типом личности практичны и находчивы. Могут быстро ориентироваться в любой ситуации и принимать самостоятельное решение. Будущая профессия может быть связана с руководством, управлением или влиянием на людей.

Офисный тип личности преобладает у 2% десятиклассников. Такой тип личности проявляется у тех, кто пунктуален, аккуратен и практичен во всем. В отличие от других, данный тип ориентирован на социальные нормы и четко регламентированную работу. Деятельность в основном будет связана с обработкой и систематизацией информации.

Для последующей работы, нам необходимо распределить испытуемых на контрольную и экспериментальную группы, которые составят обучающиеся со средним и низким уровнем толерантности.

В контрольную и экспериментальную группу методом случайного подбора попали по 12 испытуемых, 5 из которых имеют низкие результаты по самоопределению и 7 подростков которые имеют средний результат по профессиональному самоопределению.

Для проверки значимости различий контрольной и экспериментальной группы использовался U-критерий Манна-Уитни. Данный критерий высчитывался по методике «Профессиональный тип личности», также был выбран уровень статистической значимости при  $p \leq 0.01$ .

Результаты (Таблица 1) свидетельствуют, что экспериментальная и контрольная группы статистически достоверно не отличаются. Таким образом, отличия между этими двумя группами по всем рассматриваемым данным отсутствуют на этапе первичной диагностики.

Таблица 1

Результаты математической обработки по критерию U-Манна-Уитни.

Тип личности	Полученное эмпирическое значение	Сумма рангов	
		Экспериментальная группа	Контрольная группа
Реалистический	67.5	154.5	145.5
Интеллектуальный	55	167	133
Социальный	69.5	147.5	152.5
Офисный	46.5	124.5	175.5
Предпринимательский	43.5	121.5	185.5
Артистический	58	164	163

## **2.2. Программа сопровождения профессионального самоопределения старшекласников**

Сложность социально-экономических процессов в обществе, связанных с переходом на рыночные отношения, существенно сказываются на обучающихся и их профессиональное самоопределение.

У многих старшекласников их представления о деятельности не совпадает с действительной ситуацией, которая происходит на рынке труда в их городе и регионе.

В современных условиях профессиональное самоопределение предполагает выбор специальности, сферы приложения и саморазвития личностных возможностей, а также формирование осознанного отношения личности к социокультурным и профессионально-производственным условиям.

На основе выше сказанного, можем сделать вывод, что на сегодняшний день необходимо совершенствовать систему профориентационной работы в общеобразовательных организациях в соответствие с требованиями нынешнего времени.

Поэтому была разработана программа сопровождения профессионального самоопределения старшекласников «Моя будущая профессия», которая учитывает возрастные особенности подростков, их потребность в личностном и профессиональном самоопределении, а так же в самореализации.

**Цель программы:** сформировать осознанное профессиональное самоопределение соответствующее индивидуальным особенностям каждого обучающегося.

### **Задачи программы:**

1. Проанализировать основные затруднения в профессиональном самоопределении старшекласников;
2. Определить пути решения проблем профессионального самоопределения;

3. Сформировать желание и способности к самостоятельному и осознанному выбору будущей профессии;
4. Сформировать углубленные представления обучающихся о мире профессий;
5. Определить профессиональные склонности и предпочтения обучающихся, соотнести индивидуальные возможности с требованиями, которые необходимы для овладения профессиональными навыками.

**Ожидаемый результат:** повышение уровня психологической компетентности обучающихся, более осознанный выбор профессии.

**Принципы проведения работы:** принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей, системно-деятельностный подход, принцип комплектности.

**Продолжительность занятий:** 16 занятий, по 45 минут, один раз в неделю

**Возрастная группа:** обучающиеся 16-17 лет.

**Авторы разработчики:** Васильева Е. Н. и Стенникова Ю. В.

**Методологическая основа программы:** программа профессионального самоопределения подростков «Я и моя профессия» (автор Г. Резапкина); тематический цикл «В поисках своего призвания» (автор И. С. Лисюткина); «Программы профориентационной работы со старшеклассниками» (автор Н.С. Пряжников); «Как выбирать профессию» (автор Е.А. Климов); «Твоя профессиональная карьера» (автор С.Н. Чистякова).

**Программа состоит из трех этапов:**

1. Подготовительный этап рассчитан на одно занятие. Включает в себя упражнения на сплоченность, создание положительного настроения на дальнейшую работу.
2. Основной этап (14 занятий). Ориентирован на повышение

информированности обучающихся о мире профессий, осмысление склонностей и предпочтений, выработку навыков осмысленного отношения к трудовой деятельности и помощь в профессиональном самоопределении.

3. Заключительный этап (1 занятие) – подведение итогов проделанной работы, рефлексия.

Таблица 2

План по реализации программы сопровождения профессионального  
самоопределения старшеклассников

Этап, занятие	Упражнение	Цель	Предполагаемый результат
Подготовительный этап			
Занятие 1.	1. Беседа о проведении работы, объяснение правил работы, принятие групповых норм	Создать условия для эффективного проведения занятий. Сплочение.	- Положительный настрой на дальнейшую работу. - Мотивация к предлагаемой деятельности, сплочение коллектива
	2. Беседа о раскрытии целей занятия.		
	3. Знакомство «Снежный ком».		
	4. История		
	1. «Квадрат»		
	2. « Кто Я?»		
	3. «Успех – это ...»		
	4. Домашнее задание найти и рассказать о любой новой специальности (профессии)		
Основной этап			
Занятие 2.	1. «Найти профессию»	Расширить знания о мире профессий	Увеличение знаний о новых профессиях
	2. «Крокодил»		
	3. «Человек - профессия»		
	4. Проверка домашнего задания Обсуждение.		
Занятие 3.	1. Опросник Климова Е. А.	Выявить профессиональные	Умение выделять общее в

	2. Нарисуй себя в 1 будущем	интересы обучающихся	профессиях, мотивация к профессиональному самоопределению
	3. «Цепочка профессий»		
	4. «Моё профессиональное кредо»		
	5. «Рефлексивный круг»		
Занятие 4.	1. «Ассоциации к будущему»	Осознать личностные ресурсы для решения проблем и определить временную перспективу	Определение собственных ожиданий и представлений о будущем, приобретение опыта индивидуального и совместного преодоления трудностей
	2. «Полоса препятствий»		
	3. «Чемодан в дорогу»		
	4. «Мои личные и профессиональные планы»		
	5. Рефлексия		
Занятие 5.	1. «Пересадка по общим интересам или отношению к различным видам деятельности»	Активизировать процесс профессионального и личностного самоопределения	Занятия способствуют осознанию собственной значимости участников, расширению представлений о личностных ресурсах, снижению уровня, эмоционального напряжения старшеклассников
	2. «Аукцион ценностей»		
	3. «Мечты»		
	4. «Автопортрет»		
	5. Рефлексия		
Занятие 6.	1. «Аукцион»	Информировать о мире профессий и о многообразии специальностей	Актуализация знаний, мотивация на получения новых знаний о новых и востребованных профессий
	2. «Изобрази профессию»		
	3. «Самая- самая...»		
	4. «Профессия на букву...»		
	5. «Иностранные названия»		
	6. Рефлексия		
Занятие	1. Ловушка копканчик»	Осознать свои	Умение отстаивать

7.	2. «Диалог о профессия» - «Да, но»	ожидания и трудности к будущей профессии	свой выбор, рассмотрение трудностей и способов их преодоления
	3. «Оптимисты и скептики» Дискуссия.		
	4. «Силачи»		
	5. «Встреча через 10 лет» Дискуссия.		
	6. «Мое внутреннее состояние»		
	7. Рефлексия		
Занятие 8.	1. Беседа о понятие «темперамент» и его типах.	Определить тип темперамента	Овладение знаниями по теме темперамент
	2. Опросник Айзенка		
	3. «Я похож на...»		
	4. «Забавные профессии»		
	5. Рефлексия		
Занятие 9.	1. Пресс конференция «Пришельцы»	Помочь подростку в осознании труда как человеческой и общественной ценности	Осознание и принятие необходимости труда
	2. Обсуждение. Рефлексия.		
Занятие 10.	1. «Объявление в газету»	Определить профессиональные склонности и предпочтения обучающихся, соотнести индивидуальные возможности с требованиями, которые необходимы для овладения профессиональными навыками	Выявление особенностей и качеств, которые помогут обучающимся справиться с выбранной профессией. Определение соответствия к предполагаемой профессии, и нахождение себя в этой области
	2. «Моё призвание»		
	3. «Мои достоинства»		
	4. Рефлексия		
Занятие 11.	1. «Комплимент» (модификация)	Воспитать у обучающихся сознательное отношение к профессиональной	Умение отстаивать свои интересы, снижение тревожности
	2. «Реклама товара»		
	3. «Убеди родителей» Дискуссия.		



	4. «Умение планировать свою профессиональную жизнь»	деятельности	
	5. Рефлексия. Итоги ня.		
Занятие 12.	1. Профориентационная игра «Три судьбы». Дискуссия.	Помочь обучающимся разобраться в основных смыслах трудовой жизни применительно к различным стереотипам людей (труженика, лентяй, бездарности и др.)	Обучающиеся разобрались в основных ценностях
	2. Торг. Дискуссия.		
Занятие 13.	1. «Кадровый вопрос»	Формировать информационное пространство подростка	Знакомство с новыми областями, развитие навыков целеполагания
	2. «Пять шагов»		
	3. Рефлексия		
Занятие 14.	1. «Собеседование»	Осознать собственную уникальность, свои слабые и сильные стороны собственной полезности для окружающих и – общества	Поднятие самооценки. Снижение тревожности
	2. «Какой Я? »		
	3. «Объявление».		
	4. «Друг для друга».		
	5. «Мои сильные стороны...»		
	6. «Скажи мне кто твой друг»		
	7. Рефлексия		
Занятие 15.	1. «Мои достижение»	Развивать умения находить ресурсы для достижения позитивных жизненных целей в будущем	Развились умения находить ресурсы для достижения позитивных жизненных целей в будущем
	2. «Ладощка»		
	3. «Профессиональные качества».		
	4. Ловушки-копканчики		
	5. Синквейн на тему профессия. Анализ знаний.		
	6. Домашнее задание. Проект на тему «Моя будущая профессия»		
Заключительный этап			
Занятие 16.	1. Проекты «Моя будущая профессия»	Обобщить полученные знания,	Обобщили полученные знания,

	2. «Чемодан в дорогу»	закрепление навыков.	закрепили навыки и увидели собственные достижения по окончанию всех занятий.
	3. «Коллективное письмо»		
	4. Обсуждение, обратная связь		

### 2.3. Анализ результатов программы сопровождения

После проведения программы сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников «Моя будущая профессия» была проведена повторная диагностика, для выявления изменения в динамики профессионального самоопределения.

Диагностика проводилась у 50 испытуемых, составляющих экспериментальную и контрольную группы –10 классы МАОУ Гимназии №47 г. Екатеринбурга.

В ходе повторного исследования использовались те же методики, что и на этапе констатирующего эксперимента: Г. В. Резапкина «Профессиональный тип», А. Е. Голомшток «Карта интересов», Л. Йоваши «Опросник профессиональных склонностей» в модификации Г. В. Резапкиной.

Таблица 3

Результаты методики «Профессиональный тип личности» Г. В. Резапкина

Тип личности	Эмпирическое значение	Сумма рангов	
		Контрольная гр.	Контрольная гр.
Реалистический	71	149	151
Интеллектуальный	71.5	149.5	150.5
Социальный	72	150	150
Офисный	68	146	150
Предпринимательский	67.5	145.5	154.5
Артистический	65	143	157

По результатам повторной диагностики можем заметить, что многие показатели (реалистический, офисный, предпринимательский и артистический типы) имеют количественное увеличение, однако, работа с данной группой не проводилась. Незначительное повышение показателей профессионального типа личности объясняется целенаправленной работой образовательной организации и заинтересованностью родителей в будущем своих детей, которые информируют обучающихся о рынке труда, востребованных профессиях и возможности дальнейшего обучения.

Таблица 4

Математическая обработка результатов контрольного эксперимента по методике «Карта интересов»

Интересы	Эмпирическое значение	Сумма рангов	
		Экспериментальная гр. (до)	Экспериментальная гр. (после)
Биология	31	109	191
География	55.5	135.5	166.5
Геология	67.5	145.5	154.5
Медицина	21	99	201
Легкая и пищевая промышленность	69.5	147	152
Физика	45	123	177
Химия	29	107	189
Техника	68	146	154
Электро и радиотехника	70	149	151
Металлообработка	59	137	163
Деревообработка	46	124	174
Строительство	30	108	192
Транспорт	64	142	185.
Авиация, морское дело	71.5	149.5	150.5
Военные специальности	54	132	168
Литература	53.5	131.5	168.5
Журналистика	65	143	157
Общественная деятельность	42.5	120.5	179.5
Педагогика	28.5	106.5	193.5
Математика	56	134	166
Экономика	59.5	137.5	162.5
Сценическое искусство	56.5	134.5	165.5
Спорт	62.5	140.5	159.5

Сравнение экспериментальной группы «до» и «после» исследования показывает, что программа является эффективной, у обучающихся наблюдается интерес к строительству, деревообработке, сценическому искусству, экономике, химии, физике, журналистике, педагогика, биология,

другие интересы имеют тенденцию к увеличению показателей, но они не являются значимыми.

Для проверки значимости различий контрольной и экспериментальной группы после формирующего эксперимента использовался U-критерий Манна-Уитни.

Результаты (таблиц 4,5,6) методик показали, что эмпирические значения находятся в зоне значимости. Таким образом, эффективность составленной программы доказана.

Таблица 5.

Результаты опросника профессиональных склонностей в контрольном эксперименте

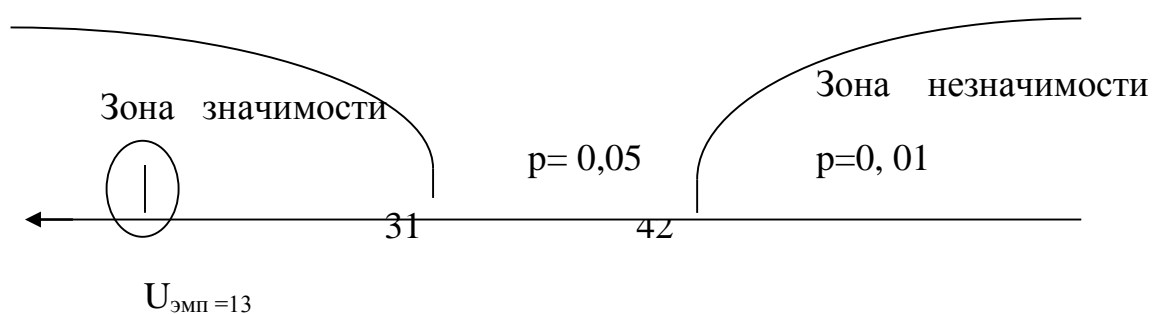
Профессиональные склонности	Эмпирическое значение	Сумма рангов	
		Контрольная гр.	Экспериментальная гр.
Склонность к работе с людьми	31,5	109.5	190.5
Склонность к исследовательской (интеллектуальной) работе	67	145	155
Склонность к практической деятельности	43	121	179
Склонность к эстетическим видам деятельности.	70	148	152
Склонность к экстремальным видам деятельности	64.5	142.5	157.5
Склонность к плано-экономическим видам деятельности	64	142	158

Таблица 6.

Результаты значимой разницы контрольной и экспериментальной групп после реализации составленной программы при помощи математической статистики

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	54	12.5	64	22.5
2	37	4	47	9
3	42	6	55	14
4	61	19	63	21
5	34	1	49	10
6	54	12.5	57	15.5
7	35	2	68	24
8	36	3	64	22.5
9	53	11	62	20
10	46	8	57	15.5
11	39	5	59	17
12	44	7	60	18
Суммы:		91		209

«Ось значимости» имеет вид:



Результат:  $U_{ЭМП} = 13$

Полученное эмпирическое значение  $U_{\text{эмп}}(13)$  находится в зоне значимости

По результатам данной методики мы можем сделать вывод, что после проведения программы сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников, у обучающихся наблюдается положительная динамика изменения результатов профессиональных склонностей.

У обучающихся значительно повысился интерес к строительству, деревообработке, сценическому искусству, экономике, химии, физике, журналистике, педагогике, биологии, чему способствовали упражнения по самопознанию, информирование о востребованных профессиях, мотивация к самостоятельному самоопределению. Среди респондентов 30 % ребят имеют склонность к работе с людьми, у 24 % - к исследовательской (интеллектуальной) работе, 21 % - обнаруживают склонность к эстетическим видам деятельности (эти обучающиеся имеют достижения в творческих видах деятельности, в процессе реализации программы утвердились в дальнейшем связать профессиональную деятельность с творчеством), 10 % - респондентов имеют склонность к экстремальным видам деятельности (преимущественно ребята, увлекающиеся спортом). 15 % обучающихся имеют склонность к плано-экономическим видам деятельности и практической деятельности. Таким образом, программа по сопровождению профессионального самоопределения обучающихся способствовала осознанному выбору будущей деятельности, определению способностей и возможностей каждого, а также повышению информированности старшеклассников о рынке труда.

## **Выводы по второй главе**

Опираясь на теоретическую часть, было проведено эмпирическое исследование, которое состояло из констатирующего, формирующего и контрольного эксперимента.

Констатирующий эксперимент включал в себя проведение исследования с помощью трех методик: Г. В. Резапкина «Профессиональный тип», А. Е. Голомшток «Карта интересов», Л. Йоваши «Опросник профессиональных склонностей» в модификации Г. В. Резапкиной.

Опираясь на полученные результаты методик, выборка была разделена на равное количество испытуемых, по 12 человек в контрольной и экспериментальной группе, где 5 человек были с низкими результатами и 7 со средними результатами.

На последующем формирующем этапе была апробирована программа сопровождения профессионального самоопределения старшеклассников «Моя будущая профессия». Программа включает в себя 16 занятий и 3 этапа: подготовительный, основной и заключительный.

После проведения программы, контрольный этап позволил оценить эффективность нашей программы. В данном эксперименте использовались те же самые методики, что и на констатирующем эксперименте.

Достоверность нашей программы по сопровождению профессионального самоопределения старшеклассников мы смогли получить, применив критерий U Манна – Уитни.

После того как мы использовали критерий, мы получили данные которые имеют значительные значения, что указывает на эффективность проделанной работы. Среди респондентов 30 % ребят имеют склонность к работе с людьми, у 24 % - к исследовательской (интеллектуальной) работе, 21 % - обнаруживают склонность к эстетическим видам деятельности (эти обучающиеся имеют достижения в творческих видах деятельности, в процессе реализации программы утвердились в дальнейшем связать



профессиональную деятельность с творчеством), 10 % - респондентов имеют склонность к экстремальным видам деятельности (преимущественно ребята, увлекающиеся спортом). 15 % обучающихся имеют склонность к планово-экономическим видам деятельности и практической деятельности. Таким образом, программа по сопровождению профессионального самоопределения обучающихся способствовала осознанному выбору будущей деятельности, определению способностей и возможностей каждого, а также повышению информированности старшеклассников о рынке труда. Среди респондентов 30 % ребят имеют склонность к работе с людьми, у 24 % - к исследовательской (интеллектуальной) работе, 21 % - обнаруживают склонность к эстетическим видам деятельности (эти обучающиеся имеют достижения в творческих видах деятельности, в процессе реализации программы утвердились в дальнейшем связать профессиональную деятельность с творчеством), 10 % - респондентов имеют склонность к экстремальным видам деятельности (преимущественно ребята, увлекающиеся спортом). 15 % обучающихся имеют склонность к планово-экономическим видам деятельности и практической деятельности. Таким образом, программа по сопровождению профессионального самоопределения обучающихся способствовала осознанному выбору будущей деятельности, определению способностей и возможностей каждого, а также повышению информированности старшеклассников о рынке труда.

## **Заключение**

В рамках данной исследовательской работы мы рассмотрели психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников.

Исследованием данной темы занимались такие авторы как: М. Р. Битянова, Е. И. Казакова, Н. Б. Крылова, Е. А. Александрова, В. А. Айрапетов, Т. Чередникова, Г. Бардиер, И. А. Колесникова, В. А. Слостёнин, Э. М. Александровская, Т. В. Кудрявцев, Э. Ф. Зеер, С. Н. Чистякова, С. В. Сальцева.

Рассмотрим основные понятия, которые легли в основу работы:

По мнению, отечественного психолога М. Р. Битяновой: «Сопровождение - это система профессиональной деятельности психолога, направленной на создание социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития ребенка в ситуациях школьного взаимодействия».

Э. М. Александровская отмечала, что психолого – педагогическое сопровождение - это особый вид помощи обучающемуся, технология, предназначенная для оказания помощи на определенном этапе развития в решении возникающих проблем, или в их предупреждении в условиях образовательного процесса.

Самоопределение, по мнению отечественных психологов и педагогов, таких как Э. Ф. Зеер, Т. В. Кудрявцев, Е. С. Романова – это центральное звено, компонент профессионального становления личности

С. В. Сальцева рассматривала профессиональное самоопределение как последовательный выбор профессиональной деятельности, обеспечивающий полноценную самореализацию личности в конкретных социальных условиях

В теоретической базе в нашей работе, мы обосновали, почему нужно сопровождение профессионального самоопределения старшеклассников.

Однако программ сопровождения существуют не так много, и некоторые только частично разработаны.

В эмпирической части мы провели психолого-педагогический эксперимент, который показал нам значимые сдвиги в самоопределении по всем трём методикам.

Наша гипотеза в исследовательской части нашей работы звучала так: профессиональное самоопределение старшеклассников будет успешным при условии специально разработанной психолого-педагогической программы сопровождения на основе занятий по самопознанию с учетом возрастных особенностей обучающихся.

У обучающихся значительно повысился интерес к строительству, деревообработке, сценическому искусству, экономике, химии, физике, журналистике, педагогика, биология, чему способствовали упражнения по самопознанию, информирование о востребованных профессиях, мотивация к самостоятельному самоопределению. Среди респондентов 30 % ребят имеют склонность к работе с людьми, у 24 % - к исследовательской (интеллектуальной) работе, 21 % - обнаруживают склонность к эстетическим видам деятельности (эти обучающиеся имеют достижения в творческих видах деятельности, в процессе реализации программы утвердились в дальнейшем связать профессиональную деятельность с творчеством), 10 % - респондентов имеют склонность к экстремальным видам деятельности (преимущественно ребята, увлекающиеся спортом). 15 % обучающихся имеют склонность к планово-экономическим видам деятельности и практической деятельности. Таким образом, программа по сопровождению профессионального самоопределения обучающихся способствовала осознанному выбору будущей деятельности, определению способностей и возможностей каждого, а также повышению информированности старшеклассников о рынке труда.

## Список литературы

1. Алтенова, Г. С. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения старших школьников / Г. С. Алтенова, Т. Ю. Тодышева // Журнал «Молодой ученый». — 2015. — №23. — С. 868-871.
2. Барабанщиков, В. А. Психология человека в современном мире [Текст]/ В. А. Барабанщиков, М. И. Воловикова, А. Л. Журавлев. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009.
3. Барина К. К. Психолого-педагогическое сопровождение безнадзорных обучающихся во внеурочной деятельности [Электронный ресурс] /К. К. Барина К.К, О. М. Мишагина // Материалы VIII Международной студенческой электронной научной конференции «Студенческий научный форум». 2017. URL: <http://www.scienceforum.ru/2017/2221/31094>">[www.scienceforum.ru/2017/2221/31094](http://www.scienceforum.ru/2017/2221/31094)
4. Богданова, Г. В. Аспекты профессионального самоопределения личности [Текст] / Г. В. Богданова // Журнал молодой ученый. — 2013. — №10. — С. 497-499.
5. Болучевская, В.В. Профессиональное самоопределение будущих специалистов помогающих профессий [Текст]: Монография. / В. В. Болучевская. - Волгоград: Изд-во Волгму, 2010. – С. 264.
6. Булатова М.А. Представления педагогов о современных подростках [Электронный ресурс] // Материалы VIII Международной студенческой электронной научной конференции «Студенческий научный форум». 2017. URL: <http://www.scienceforum.ru/2017/2360/29611>">[www.scienceforum.ru/2017/2360/29611](http://www.scienceforum.ru/2017/2360/29611)
7. Горлова Н. А. Современные дети и их возможности [Текст]. - 2009. - № 2. С 20- 26.

8. Горская , Н.Е. Особенности развития самосознания в юношеском возрасте/ Н. Е. Горская, Е. В, Глызина // Вестник иргту. – 2011. - №1 (48).
9. Деянова, А. В. Педагогические условия эффективности профессионального самоопределения старшеклассников / А. В. Деянова, Г. П. Юрьева // концепт.- 2015.- № 05 (май).
10. Кагермазова Л.Ц. Возрастная психология (Психология развития) [Электронный ресурс] // Психология развития. 2009. URL: <http://ural-education.ru/wp-content/uploads/2018/04/Возрастная-психология.-Учебник.pdf>
- 11.Камионская, Т. Б Психологические особенности подростка [Текст] / Т. Б. Камионская. М.: - 2010 г.
- 12.Кириленко И. Н. Прикладные аспекты реализации теоретических подходов организационной психологии в образовательной практике высшей школы [Электронный ресурс] // Прикладная психология и психоанализ: электрон. науч. журн. 2013. № 2. URL: <http://ppip.idnk.ru>
- 13.Климов, Е. А. Психология профессионального самоопределения [Текст]: учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений / Е. А. Климов. – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2010. 304 с.
- 14.Кодермятов, Р. Э. К проблеме психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса [Текст]/ Р. Э. Кодермятов, Н. А. Тумакова , А. Э. Сенцов А. Э, Павловская Е. В. // Молодой ученый. — 2015. — №11.
- 15.Колосова О. А Проблема формирования профессионального самоопределения и построения профессиональной типологии личности / О. А. Колосова. М.: Управление № 1(11), 2016.
- 16.Кон, И. С. Психология юношеского возраста / И.С. Кон. - М.: Политиздат, 2000.-153 с.

- 17.Корякина, И. В. Межличностные проблемы в среде подростков и их социально-педагогическое значение / И. В. Корякина // Молодой ученый. — 2015. — №11.1. — С. 40-43.
- 18.Кретьева, Н. А. Процесс профессионального самоопределения: принципы, содержание [Текст] / Н. А. Кретьева // Научные исследования в образовании. - 2009. - №2 . - С. 24-27
19. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека [Текст] / И. Ю. Кулагина, В. Н. Коллюцкий. 2001
- 20.Курбангалеева-Лялина, Н. Половая идентификация подростков / Н. Курбангалиева – Лялина // Психология для всех. – 2015.
- 21.Левицкая, И. А. Профессиональное самоопределение как социокультурный процесс [Текст] / И. А. Левицкая // Вестник КГУ. - 2014 г. - № 2. С. 136- 140.
- 22.Леонтьев, Д.А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего [Текст]/ Д. А. Леонтьев, Е. Шалобанова // Вопросы психологии. – 2001. – № 1.
- 23.Максимова, Т. В. Подросток в школе и в семье. Возрастные особенности личности [Текст] / Т. В. Максимова // Педпортал. – 2015.
- 24.Миронова Т. А. Психологическое сопровождение процесса адаптации детей-мигрантов к школе / Т. А. Миронова // Молодой ученый. — 2015. — №4. — С. 659-662.
- 25.Некрасова, О. Н. Мотивы выбора профессии [Текст] / О. Н. Некрасова // Вестник Прикамского социального института.- 2016. - №3 (75). - С. 121-124.
- 26.Немов. Р. С. Психология [Текст] / Р. С. Немов. - Учеб. Для студентов высш. Пед. Учеб. Заведений. В 3 кн. Кн. 2. Психология образования. - 2-е изд. - М.: Просвещение: ВЛАДОС,1995. - 496 с.
- 27.Пец, О. И. Профессиональная направленность личности [Текст] / О. И. Пец // Современная наука. – 2014 г. - 3с.

- 28.Пилецкая Л. С. Психологические особенности развития профессиональной мобильности личности / Л. С. Пилецкая // Молодой ученый. — 2014. — №3. — С. 798-801.
- 29.Психология подростка: хрестоматия / сост. Ю. И. Фролов. - Москва, 2014 г.
- 30.Резапкина, Г.В. Скорая помощь в выборе профессии [Текст]: Практическое руководство для педагогов и школьных психологов / Г.В. Резапкина. —М. : Генезис, 2004. — 79 с.
- 31.Романцова Е.Б. Психология развития: учебное пособие / Е. Б. Романцова. - Благовещенск, 2014. — 66 с.
- 32.Ронжина, Н. В. Роль профессиональной педагогики в развитии допрофессионального образовани / Н. В. Ронжина // Вестник ЧГПУ — 2013. - № 7.
- 33.Сафонова Л.Д. Особенности волевых качеств подростков [Электронный ресурс] // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: сб. Ст. По мат. XXXVIII междунар. Студ. Науч.-практ. Конф.-№ 1(38). Новосибирск: Изд.АНС «сибак». —2016. —№ 1(38). URL: [http://www.sibac.info/archive/guman/1\(16\).pdf](http://www.sibac.info/archive/guman/1(16).pdf).
- 34.Сиденко, Е.А. Особенности старшего подросткового возраста / Е. А. Сиденко // Журнал «Муниципальное образование: инновации и эксперимент». - 2013. - №2.
- 35.Сильченкова С.В. Формы и направления педагогического сопровождения [Электронный ресурс] // Современные научные исследования и инновации. 2013. URL: <http://web.snauka.ru/issues/2013/10/27827>
- 36.Сластёнин, В. А. Педагогическая поддержка ребенка в образовании [Текст]: учеб. Пособие для студ. Высш. Уч. Завед. / В. А. Сластёнин, И. А. Колесникова; – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – С. 288
- 37.Соловьева, А. В. Семья как фактор профессионального самоопределения молодежи [Текст] / А. В. Соловьева // Журнал научные исследования в образовании. – 2008.

- 38.Суслова В. В. Психолого-педагогической сопровождение в формировании профессионального самоопределения школьников [Электронный ресурс] // Материалы VI Международной студенческой электронной научной конференции «Студенческий научный форум». 2014. URL: <http://www.scienceforum.ru/2014/671/4442>">[www.scienceforum.ru/2014/671/4442](http://www.scienceforum.ru/2014/671/4442)
- 39.Таланова, С. И. Особенности профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] // Теория и практика образования в современном мире: материалы Междунар. Науч. Конф.— спб.: Реноме, 2013. С. 226-228.
- 40.Ульянова И. В. Особенности педагогического сопровождения обучающихся в контексте различных педагогических подходов [Текст] // Журнал современных проблем науки и образования. – 2015. – № 4.
- 41.Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации". - М.: Омега-Л, 2014.
- 42.Фоменко, Н. В., Подростковый возраст как наиболее сложный этап развития ребенка / Н. В. Фоменко // Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова.- 2014. - № 2.
- 43.Хилько М. Возрастная психология [Текст]: Конспект лекций / М. Хилько, М. Ткачева. Изд-во Юрайт, 2010.
- 44.Чирина, О. В. Особенности развития логического мышления учащихся 5-6 классов / О. В. Чирина // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – Т. 10.
- 45.Чугунова, К. А. Познавательный интерес в подростковом возрасте / К. А. Чугунова, Е. В. Якунина Е. В// Журнал Молодой ученый. — 2016. — № 28
- 46.Шапкина С. А. Система работы по организации сопровождения профессионального самоопределения обучающихся в образовательной среде [Текст] / С. А, Шапкина // Актуальные вопросы современной



- педагогике: материалы IV Междунар. Науч. Конф. (г. Уфа, ноябрь 2013 г.). - 2013. - С. 101-105.
47. Шаповаленко, И. В. - Возрастная психология [Текст] / И. В. Шаповаленко.- М.: Гардарики, 2005. — 349 с.
48. Шаров А.А. Современное понимание термина «Психолого-педагогическое сопровождение» и его трактовка в русле специального образования [Электронный ресурс] // Психология, социология и педагогика. - 2015. - № 11. URL: <http://psychology.snauka.ru/2015/11/6080>
49. Щербакова, Т. В. Особенности профессионального самоопределения старших школьников [Электронный ресурс] // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № S1. URL: <http://e-koncept.ru/2015/75038.htm>.
50. Юсупова, Ф. М. Психологические основы личностно-ориентированного образования / Ф. М. Юсупова // Молодой ученый. — 2016. — №4. — С. 861-863.

## Приложение

### Приложение 1

#### Опросник «Карта интересов» А. Е. Голомшток

**Инструкция:** для определения ведущих интересов Вам предлагается перечень вопросов.

- Если Вам очень нравится то, о чем спрашивается в вопросе, в бланке ответов рядом с его номером поставьте два плюса ("++")
- если просто нравится - один плюс ("+")
- если не знаете, сомневаетесь - ноль ("0");
- если не нравится - один минус ("-");
- а если очень не нравится - два минуса ("--").

Отвечайте на вопросы, не пропуская ни одного из них.

#### Текст опросника

Любите ли Вы? Нравится ли Вам? Хотели бы Вы

1. Знакомиться с жизнью растений и животных.
2. Занятия и чтение книг по географии.
3. Читать художественную или научно-популярную литературу о геологических экспедициях.
4. Уроки и книги по анатомии и физиологии человека.
5. Выполнять ежедневную домашнюю работу.
6. Читать научно-популярную литературу о физических открытиях, жизни и деятельности выдающихся физиков.
7. Читать об открытиях в химии или о жизни и деятельности выдающихся химиков.
8. Читать технические журналы.
9. Читать статьи в научно-популярных журналах о достижениях в области электроники и радиотехники.
10. Знакомиться с разными металлами и их свойствами.
11. Узнавать о разных породах древесины и об их практическом применении.
12. Узнавать о достижениях в области строительства.
13. Читать книги, смотреть фильмы о водителях различных видов транспорта (автомобильного, железнодорожного и т.д.).
14. Читать книги, смотреть фильмы о летчиках.
15. Знакомиться с военной техникой.
16. Читать книги об исторических событиях.
17. Читать произведения классиков русской и зарубежной литературы.
18. Читать и обсуждать публицистические статьи и очерки.
19. Обсуждать текущие дела и события в учебном заведении, городе, стране.
20. Интересоваться педагогической работой.
21. Читать книги, смотреть фильмы о работе милиции
22. Заботиться о порядке в собственных вещах, красивом виде помещения.
23. Читать книги из серии "Занимательная математика".
24. Изучать экономическую географию.

25. Заниматься иностранным языком.
26. Знакомиться с жизнью выдающихся художников, историей искусства.
27. Знакомиться с жизнью выдающихся артистов, встречаться с ними, коллекционировать их фотографии.
28. Знакомиться с жизнью и творчеством выдающихся музыкантов, с вопросами теории музыки.
29. Читать спортивные газеты, журналы, литературу о спорте.
30. Изучать биологию, ботанику, зоологию.
31. Знакомиться с различными странами по книгам и телепередачам.
32. Читать о жизни и деятельности знаменитых геологов.
33. Интересоваться достижениями медицины.
34. Посещать с экскурсиями предприятия легкой промышленности.
35. Читать книги из серии "Занимательная физика".
36. Изучать химические явления в природе.
37. Знакомиться с новейшими достижениями техники.
38. Интересоваться работой радиотехника, электрика.
39. Знакомиться с различными измерительными инструментами, используемыми в процессе металлообработки.
40. Наблюдать за изготовлением изделий из дерева (например, мебели).
41. Наблюдать за работой строителей.
42. Читать литературу о средствах передвижения.
43. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи о морях.
44. Читать книги, смотреть фильмы и телепередачи на военные темы, знакомиться с историей крупных сражений.
45. Обсуждать текущие политические события в стране и за рубежом.
46. Читать литературно-критические статьи.
47. Слушать радио, смотреть теленовости и тематические телепередачи.
48. Узнавать о событиях, происходящих в городе, стране.
49. Объяснять учащимся трудные для понимания вопросы.
50. Справедливо рассудить поступок знакомого или литературного героя.
51. Обеспечивать семью продуктами, организовывать питание членов семьи.
52. Читать научно-популярную литературу об открытиях в математике, о жизни и деятельности выдающихся математиков.
53. Интересоваться экономическими передачами по телевидению.
54. Читать художественную литературу на иностранном языке.
55. Заниматься художественным оформлением праздников.
56. Посещать театр.
57. Слушать оперную или симфоническую музыку.
58. Посещать спортивные соревнования, смотреть спортивные передачи.
59. Посещать дополнительные занятия по биологии.
60. Посещать дополнительные занятия по географии.
61. Коллекционировать минералы.
62. Изучать функции организма человека, причины возникновения и способы лечения болезней человека.
63. Готовить обед дома.
64. Осуществлять демонстрацию физических опытов.
65. Участвовать в организации опытов с химическими веществами.
66. Ремонтировать различные механизмы.
67. Производить замеры в электросетях с помощью приборов (вольтметра, амперметра).
68. Конструировать различные предметы и детали из металла.
69. Художественно обрабатывать дерево (вырезать, выпиливать).

70. Набрасывать эскизы или выполнять чертежи строительных объектов.
71. Проявлять интерес к автомобильному транспорту.
72. Увлекаться парашютным спортом, авиамоделизмом.
73. Заниматься спортивной стрельбой.
74. Изучать историю возникновения различных народов и государств.
75. Писать стихи.
76. Наблюдать за проведением и жизнью других людей.
77. Выполнять организационную общественную работу.
78. Проводить время с маленькими детьми, заниматься и играть с ними.
79. Устанавливать дисциплину среди сверстников.
80. Наблюдать за работой работников сферы обслуживания (повар, официант, продавец).
81. Участвовать в математических олимпиадах.
82. Просматривать экономические обзоры в газетах и журналах.
83. Слушать радиопередачи на иностранном языке.
84. Посещать музеи, художественные выставки.
85. Публично выступать.
86. Играть на музыкальном инструменте.
87. Участвовать в спортивных соревнованиях.
88. Наблюдать за ростом и развитием животных, растений.
89. Собирать книги по географии.
90. Посещать краеведческий музей.
91. Вникать в работу врача, фармацевта.
92. Шить для себя.
93. Интересоваться физикой.
94. Интересоваться химией.
95. Работать с техникой.
96. Знакомиться с устройством электроаппаратуры.
97. Заниматься слесарным делом.
98. Выполнять столярные работы.
99. Принимать участие в отделочных ремонтных работах.
100. Помогать милиции в работе с пешеходами по правилам уличного движения.
101. Быть членом гребных и яхт-клубов.
102. Участвовать в военизированных играх.
103. Знакомиться с историческими местами.
104. Быть членом литературного клуба.
105. Наблюдать за ведением журналистами телепередач.
106. Публично выступать с сообщениями и докладами.
107. Организовывать работу детей.
108. Устанавливать скрытые причины поступков и поведения людей.
109. Оказывать различные услуги другим людям.
110. Решать сложные математические задачи.
111. Точно вести расчет своих денежных средств.
112. Посещать курсы по изучению иностранного языка.
113. Заниматься в художественной секции.
114. Участвовать в художественной самодеятельности.
115. Посещать музыкальную школу.
116. Заниматься в спортивной секции.
117. Участвовать в биологических олимпиадах и конкурсах.
118. Путешествовать.
119. Принимать участие в геологической экспедиции.
120. Ухаживать за больными.

121. Посещать кулинарные конкурсы и выставки.
122. Участвовать в конкурсных мероприятиях по физике.
123. Решать сложные задачи по химии.
124. Разбираться в технических схемах и чертежах.
125. Разбираться в сложных радиосхемах.
126. Знакомиться с новой техникой, наблюдать за работой промышленного оборудования.
127. Мастерить что-нибудь из дерева своими руками.
128. Помогать в строительных работах.
129. Принимать участие в обслуживании и ремонте автомобиля.
130. Мечтать о самостоятельных полетах на самолете.
131. Строго выполнять распорядок дня.
132. Публично выступать с докладами на исторические темы.
133. Работать с литературными источниками.
134. Принимать участие в дискуссиях, конференциях.
135. Организовывать и проводить коллективные мероприятия.
136. Обсуждать вопросы воспитания детей и подростков.
137. Помогать работникам милиции.
138. Постоянно общаться с различными людьми.
139. Принимать участие в математических олимпиадах, конференциях.
140. Интересоваться вопросами ценообразования, начисления заработной платы.
141. Общаться на иностранном языке.
142. Участвовать в художественных выставках.
143. Принимать участие в театральных постановках.
144. Участвовать в музыкальных конкурсах.
145. Регулярно тренироваться и участвовать в спортивных соревнованиях.
146. Выращивать растения, ухаживать за домашними животными.
147. Проводить топографическую съемку местности.
148. Совершать длительные, трудные походы.
149. Интересоваться деятельностью медицинских работников.
150. Шить, кроить, создавать модели одежды.
151. Решать сложные задачи по физике.
152. Посещать с экскурсиями химические предприятия.
153. Участвовать в выставках технического творчества.
154. Ремонтировать аудиотехнику.
155. Работать на станке.
156. Выполнять по чертежам столярные работы.
157. Принимать сезонное участие в строительстве.
158. Изучать правила дорожного движения для водителей.
159. Изучать морское дело.
160. Читать воспоминания главнокомандующих и полководцев.
161. Знакомиться с историческими местами родного края.
162. Писать рассказы.
163. Писать заметки или очерки в газету.
164. Выполнять общественные поручения.
165. Организовывать детские игровые и праздничные мероприятия.
166. Изучать законодательные документы, гражданское право.
167. Удовлетворять потребности людей в тех или иных услугах.
168. Выполнять математические расчеты по формулам.
169. Интересоваться проблемами региональной экономики.
170. Участвовать в олимпиадах по иностранному языку.
171. Посещать художественные музеи.

172. Играть на сцене в спектаклях.  
 173. Слушать классическую музыку.  
 174. Помогать преподавателю физкультуры в проведении занятия.

### Бланк ответов к опроснику "Карта интересов"

Ф.И.О. \_\_\_\_\_ возраст \_\_\_\_\_ дата заполнения \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58
59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87
88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116
117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145
146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174

### Обработка и интерпретация результатов

За каждый знак "+" в бланке ответов проставляется +1 балл, за каждый знак "-" проставляется -1 балл, за нулевой ответ - 0 баллов. В каждом из 29 столбцов бланка ответов подсчитывается количество положительных и отрицательных баллов.

Исходя из структуры бланка ответов определяются следующие виды профессиональных интересов (по столбцам).

Чем больше положительных ответов в столбце, тем выше степень выраженности интереса к данному виду профессиональной деятельности.

- |                                    |                               |
|------------------------------------|-------------------------------|
| 1. Биология                        | 16. История                   |
| 2. География                       | 17. Литература                |
| 3. Геология                        | 18. Журналистика              |
| 4. Медицина                        | 19. Общественная деятельность |
| 5. Легкая и пищевая промышленность | 20. Педагогика                |
| 6. Физика                          | 21. Юриспруденция             |
| 7. Химия                           | 22. Сфера обслуживания        |
| 8. Техника                         | 23. Математика                |
| 9. Электро- и радиотехника         | 24. Экономика                 |
| 10. Металлообработка               | 25. Иностранные языки         |
| 11. Деревообработка                | 26. Изобразительное искусство |
| 12. Строительство                  | 27. Сценическое               |
| 13. Транспорт                      |                               |

14. Авиация, морское дело искусство  
 15. Военные специальности 28. Музыка  
 29. Физкультура и спорт

Уровни выраженности:

- от -12 до -6 - высшая степень отрицания данного интереса;
- от -5 до -1 - интерес отрицается;
- от +1 до +4 - интерес выражен слабо;
- от +5 до +7 - выраженный интерес;
- от +8 до +12 - ярко выраженный интерес.

## Приложение 2

### Опросник профессиональных склонностей Л.Йовайши (модификация Г.В.Резапкиной)

**Инструкция:** закончите высказывание, выбрав один из вариантов «а», «б» или «в»  
 - и обведя соответствующую букву в бланке напротив номера вопроса.

#### Бланк ответов.

№ ответа	1	2	3	4	5	6
1	А			в		б
2		в		а	б	
3	б	а		в		
4			б		в	а
5	в	а	б			
6	б	в				А
7		б	в	а		
8	б				а	в
9		б		а	в	
10				в	а	б
11	в	б	а			
12			а	б	в	
13	а				б	в
14		б		б	в	
15	в		а		б	
16	б		в			а
17				б	а	в
18	а	в	б			
19			в		а	б
20	в		б			а
21		а	в	б		
22		б	а	в		
23		в		а		б
24	а				б	в
Всего						

1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности:

- А) общаться с самыми разными людьми;
- Б) что-нибудь делать своими руками – мебель, одежду, машины и т.д.;
- В) снимать фильмы, рисовать, писать книги, выступать на сцене и т.д.

2. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает:

- А) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
- Б) сюжет, действие героев;
- В) информация, которая может пригодиться в жизни.

3. Меня обрадует Нобелевская премия:

- А) в области науки;
- Б) за общественную деятельность;
- В) в области искусства.

4. Я скорее соглашусь стать:

- А) управляющим банка;
- Б) главным инженером на производстве;
- В) начальником экспедиции.

5. Будущее людей определяет:

- А) достижение науки;
- Б) развитие производства;
- В) взаимопонимание среди людей.

6. На месте директора школы я прежде всего займусь:

- А) благоустройством школы (столовая, спортзал, компьютеры);
- Б) созданием дружного, сплоченного коллектива;
- В) разработкой новых технологий обучения.

7. На технической выставке меня больше всего привлечет:

- А) внешний вид экспонатов (цвет, форма);
- Б) внутреннее устройство экспонатов (механизм);
- В) практическое применение экспонатов.

8. В людях я ценю прежде всего:

- А) мужество, смелость, выносливость;
- Б) дружелюбие, чуткость, отзывчивость;
- В) ответственность, аккуратность.

9. В свободное от работы время я буду:

- А) писать стихи или музыку или рисовать;
- Б) ставить различные опыты;



В) тренироваться.

10. В зарубежных поездках меня больше всего привлечет:

- А) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);
- Б) деловое общение;
- В) возможность знакомства с историей и культурой другой страны.

11. Мне интереснее беседовать:

- А) о машине нового типа;
- Б) о новой научной теории;
- В) о человеческих взаимоотношениях.

12. Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал:

- А) технический;
- Б) музыкальный;
- В) спортивный.

13. В школе больше внимания следует уделять:

- А) улучшению взаимопонимания между учителями и учениками;
- Б) поддержанию здоровья учащихся, занятиям спортом;
- В) укреплению дисциплины.

14. Я с большим интересом смотрю:

- А) научно-популярные фильмы;
- Б) программы о культуре и спорте;
- В) спортивные программы.

15. Мне было бы интереснее работать:

- А) с машинами, механизмами;
- Б) с объектами природы;
- В) с детьми или сверстниками.

16. Школа в первую очередь должна:

- А) давать знания и умения;
- Б) учить общению с другими людьми;
- В) обучать навыкам работы.

17. Каждый человек должен:

- А) вести здоровый образ жизни;
- Б) иметь возможность заниматься творчеством;
- В) иметь удобные бытовые условия.

18. Для благополучия общества в первую очередь необходима:

- А) защита интересов и прав граждан;

- Б) забота о материальном благополучии людей;
- В) наука и технический прогресс.

19. Мне больше всего нравятся уроки:

- А) физкультуры;
- Б) математики;
- В) труда.

20. Мне интереснее было бы:

- А) планировать производство продукции;
- Б) изготавливать изделия;
- В) заниматься сбытом продукции.

21. Я предпочитаю читать статьи:

- А) о выдающихся ученых и их открытиях;
- Б) о творчестве ученых и музыкантов;
- В) об интересных изобретениях.

22. Свободное время я охотнее провожу:

- А) делая что-то по хозяйству;
- Б) с книгой;
- В) на выставках, концертах и пр.

23. Большой интерес у меня вызовет сообщение:

- А) о художественной выставке;
- Б) о ситуации на фондовой бирже;
- В) о научном открытии.

24. Я предпочитаю работать:

- А) в помещении, где много людей;
- Б) в необычных условиях;
- В) в обычном кабинете.

#### **Обработка и анализ результатов:**

После заполнения бланка ребята должны подсчитать число обведенных букв в каждой из шести колонок бланка и записать эти шесть чисел в пустых клетках нижней строки.

- 0-12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность;
- 7-9 баллов – средне выраженная профессиональная склонность;
- 4-6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность;
- 0-3 баллов – профессиональная склонность не выражена.

В каждой из шести колонок представлена сумма баллов. Она отражает склонность к определенному виду деятельности:

**1. Склонность к работе с людьми.** Профессии, связанные с обслуживанием (бытовым, медицинским, информационным), управлением, воспитанием и обучением. Люди, успешные в профессиях этой группы, должны уметь и любить общаться, находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения и особенности

**2. Склонность к исследовательской деятельности.** Профессии, связанные с научной работой. Кроме хорошей теоретической подготовки в определенных областях науки, людям, занимающимся исследовательской деятельностью, необходимы такие качества, как рациональность, независимость и оригинальность суждений, аналитический склад ума. Как правило, им больше нравится размышлять о проблеме, чем заниматься ее реализацией.

**3. Склонность к работе на производстве.** Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; сборка, монтаж приборов и механизмов; ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; обработка и использование различных материалов; управление транспортом. Профессии этой группы предъявляют повышенные требования к здоровью человека, координации движений, вниманию.

**4. Склонность к эстетическим видам деятельности.** Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий, кроме наличия специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских), отличает оригинальность мышления и независимость характера, стремление к совершенству.

**5. Склонность к экстремальным видам деятельности.** Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью и морально-волевым качествам.

**6. Склонность к планово-экономическим видам деятельности.** Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом и преобразованием текстов (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

## Приложение 3

**Тест Дж. Голланда (Дж. Холланда) на определение профессионального типа личности (модификация Г. В. Резапкиной)**

**Инструкция:** из каждой пары профессий надо выбрать более привлекательную и рядом с ее кодом поставить «+» в таблице.

Автомеханик (Р)	Врач - физиотерапевт (С)
Специалист по информационной безопасности (И)	Логист (П)
Оператор связи (О)	Видеоператор (А)
Водитель (Р)	Продавец (С)
Инженер-конструктор (И)	Менеджер по продажам (П)
Оператор колл-центра (О)	Дизайнер графический (А)
Ветеринар (Р)	Эколог (С)
Биолог-исследователь (И)	Фермер (П)
Лаборант (О)	Дрессировщик (А)
Агроном (Р)	Санитарный врач (С)
Селекционер (И)	Заготовитель сельхозпродуктов (П)
Микробиолог (О)	Ландшафтный дизайнер (А)
Массажист (Р)	Воспитатель (С)
Преподаватель (И)	Предприниматель (П)
Администратор (О)	Режиссер театра и кино (А)
Официант (Р)	Врач (С)
Психолог (И)	Мерчендайзер (П)
Страховой агент (О)	Хореограф (А)
Ювелир-гравер (Р)	Журналист (С)
Искусствовед (И)	Продюсер (П)
Редактор (О)	Музыкант (А)
Дизайнер интерьера (Р)	Экскурсовод (С)
Композитор (И)	Арт-директор (П)
Музейный работник (О)	Актер театра и кино (А)
Верстальщик (Р)	Гид-переводчик (С)
Лингвист (И)	Антикризисный управляющий (П)
Корректор (О)	Художественный редактор (А)
Наборщик текстов (Р)	Юрисконсульт (С)
Программист (И)	Брокер (П)
Бухгалтер (О)	Литературный переводчик (А)

Р										
И										
С										
О										
П										
А										

**Обработка результатов.** Подсчитывается количество плюсов в каждой строке. 8–10 - ярко выраженный тип; 5–7 - средне выраженный тип; 2–4 - слабо выраженный тип. Максимальное количество плюсов указывает на отношение к одному из шести типов.

#### **Интерпретация результатов теста:**

**Реалистический тип (Р).** Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают выполнять работу, требующую силы, ловкости, подвижности, хорошей координации движений, навыков практической работы. Результаты труда профессионалов этого типа ощутимы и реальны — их руками создан весь окружающий нас предметный мир. Люди реалистического типа охотнее делают, чем говорят, они настойчивы и уверены в себе, в работе предпочитают четкие и конкретные указания. Придерживаются традиционных ценностей, поэтому критически относятся к новым идеям.

**Интеллектуальный (И).** Людей, относящихся к этому типу, отличают аналитические способности, рационализм, независимость и оригинальность мышления, умение точно формулировать и излагать свои мысли, решать логические задачи, генерировать новые идеи. Они часто выбирают научную и исследовательскую работу. Им нужна свобода для творчества. Работа способна увлечь их настолько, что стирается грань между рабочим временем и досугом. Мир идей для них может быть важнее, чем общение с людьми. Материальное благополучие для них обычно не на первом месте.

**Социальный (С).** Люди, относящиеся к этому типу, предпочитают профессиональную деятельность, связанную с обучением, воспитанием, лечением, консультированием, обслуживанием. Люди этого типа гуманны, чувствительны, активны, ориентированы на социальные нормы, способны понять эмоциональное состояние другого человека. Для них характерно хорошее речевое развитие, живая мимика, интерес к людям, готовность прийти на помощь. Материальное благополучие для них обычно не на первом месте.

**Офисный (О).** Люди этого типа обычно проявляют склонность к работе, связанной с обработкой и систематизацией информации, предоставленной в виде условных знаков, цифр, формул, текстов (ведение документации, установление количественных соотношений между числами и условными знаками). Они отличаются аккуратностью, пунктуальностью, практичностью, ориентированы на социальные нормы, предпочитают четко регламентированную работу. Материальное благополучие для них более значимо, чем для других типов. Склонны к работе, не связанной с широкими контактами и принятием ответственных решений.

**Программа сопровождения профессионального самоопределения  
старшекласников**

**Подготовительный этап.**

**Занятие 1.**

**Цель:** создать условия для эффективного проведения занятий.

1. Беседа о проведении работы, объяснение правил работы, принятие групповых норм.
2. Беседа о раскрытии целей занятия.
3. Знакомство « Снежный ком».
4. История.

Ведущий делит участников на две команды, каждая команда сочиняет о себе историю, используя реальные данные. По истечении назначенного времени каждая команда выбирает рассказчика, и обе команды как бы меняются местами, то есть команда "А" рассказывает про команду "Б" и наоборот.

**1) Упражнение « Квадрат»**

Все участники встают круг и закрывают глаза. Затем по сигналу обучающиеся не открывая глаз должны перестроиться из круга в квадрат.

**2) Упражнение «Кто Я?».**

В течение 5 минут обучающиеся должны ответить 10 раз на вопрос «Кто Я», при том, что ответы должны быть разными и зафиксированы в том порядке, как они приходят в голову.

**3) Игра «Успех – это ...»**

В течение трёх минут участники отвечают на вопрос: «Что такое успех?». Ответы должны быть разными.

Обсуждение.

**4) Домашнее задание**

Найти и рассказать о любой новой специальности (профессии) на личное усмотрение участников.

**Основной этап.**

**Занятие 2.**

**Цель:** расширить знания о мире профессий

**1) Игра «Назови профессию».**

Все обучающиеся по очереди называют профессии. Кто не смог в течение трех секунд вспомнить профессию или повторил уже названную, выбывает из игры. Если

ребята называют не профессию, а должность (начальник, директор, президент), такие ответы не принимаются, как и слова «олигарх», «авторитет» и т. д. Игра идет до тех пор, пока не останется один победитель.

## 2) Упражнение «Крокодил».

Группа разбивается на две команды. Первая – загадывает какую-либо профессию, а вторая делегирует своего участника (с его согласия) или игроки первой группы могут сами назвать того, кому они сообщат загаданную профессию. Последний должен изобразить ее только с помощью жестов и мимики, а его команда пытается понять, что было загадано. Команды загадывают профессии по очереди.

Обсуждение: что помогло справиться с поставленной задачей? что затрудняло выполнение упражнения?

## 3) Игра «Человек-профессия»

Сейчас мы выберем водящего. Он постарается отгадать, о ком из участников игры идет речь. Отгадывать водящий будет с помощью только одной подсказки: все участники назовут профессию, с которой «загаданный» человек ассоциируется. Профессии могут повторяться.

## 4) Проверка домашнего задания.

Каждый по очереди рассказывает о любой новой профессии (специальности), которую он выбрал для доклада.

Обсуждение.

## Занятие 3.

**Цель:** выявить профессиональные интересы обучающихся

### 1) Опросник Климова Е. А.

**Инструкция:** предположим, что после соответствующего обучения вы сможете выполнять любую работу, однако, если бы вам пришлось выбирать из двух возможностей, что бы вы предпочли?

1а. Ухаживать за животными или	1б. Обслуживать машины, приборы (следить, регулировать)
2а. Помогать больным или	2б. Составлять таблицы, схемы, программы для вычислительных машин.
3а. Следить за качеством книжных иллюстраций, плакатов, художественных открыток, грампластинок или	3б. Следить за состоянием, развитием растений
4а. Обрабатывать материалы (дерево, ткань, металл, пластмассу и т.п.) или	4б. Доводить товары до потребителя, рекламировать, продавать.
5а. Обсуждать научно-популярные книги, статьи или	5б. Обсуждать художественные книги (или пьесы, концерты).
6а. Выращивать молодняк (животных	6б. Тренировать товарищей (или младших)

какой-либо породы) или	для выполнения и закрепления каких-либо навыков (трудовых, учебных, спортивных).
7а. Копировать рисунки, изображения (или настраивать музыкальные инструменты) или	7б. Управлять какой-либо машиной (грузовым, подъемным или транспортным средством) – подъемным краном, трактором, тепловозом и др.
8а. Сообщать, разъяснять людям нужные им сведения (в справочном бюро, на экскурсии и т.д.) или	8б. Оформлять выставки, витрины (или участвовать в подготовке пьес, концертов).
9а. Ремонтировать вещи, изделия (одежду, технику), жилище или	9б. Искать и исправлять ошибки в текстах, таблицах, рисунках.
10а. Лечить животных или	10б. Выполнять вычисления, расчеты.
11а. Выводить новые сорта растений или	11б. Конструировать, проектировать новые виды промышленных изделий (машины, одежду, дома, продукты питания и т. п.).
12а. Разбирать споры, ссоры между людьми, убеждать, разъяснять, наказывать, поощрять или	12б. Разбираться в чертежах, схемах, таблицах (проверять, уточнять, приводить в порядок).
13а. Наблюдать, изучать работу кружков художественной самодеятельности или	13б. Наблюдать, изучать жизнь микробов
14а. Обслуживать, наладивать медицинские приборы, аппараты или	14б. Оказывать людям медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах и т.п.
15а. Художественно описывать, изображать события (наблюдаемые и представляемые) или	15б. Составлять точные описания-отчеты о наблюдаемых явлениях, событиях, измеряемых объектах и др.
16а. Делать лабораторные анализы в больнице или	16б. Принимать, осматривать больных, беседовать с ними, назначать лечение.
17а. Красить или расписывать стены помещений, поверхность изделий или	17б. Осуществлять монтаж или сборку машин, приборов.
18а. Организовывать культпоходы сверстников или младших в театры, музеи, экскурсии, туристические походы и т.п. или	18б. Играть на сцене, принимать участие в концертах.
19а. Изготавливать по чертежам детали, изделия (машины, одежду), строить здания или	19б. Заниматься черчением, копировать чертежи, карты.
20а. Вести борьбу с болезнями растений, с вредителями леса, сада или	20б. Работать на клавишных машинах (пишущей машинке, телетайпе, наборной машине и др.).

Обработка результатов:

Типы профессий	Номера вопросов
Человек-природа	1а, 3б, 6а, 10а, 11а, 13б, 16а, 20а
Человек-техника	1б, 4а, 7б, 9а, 11б, 14а, 17б, 19а
Человек-человек	2а, 4б, 6б, 8а, 12а, 14б, 16б, 18а
Человек-знаковая система	2б, 5а, 9б, 10б, 12б, 15а, 19б, 20б
Человек-художественный образ	3а, 5б, 7а, 8б, 13а, 15б, 17а, 18б



## **2) Упражнение «Нарисуй себя в будущем».**

Всем участникам предлагается нарисовать себя в будущем. После того как все выполнили это задание идёт обсуждение.

## **3) Игра «Цепочка профессий»**

Сейчас мы по кругу выстроим «цепочку профессий». Я назову первую профессию, например, металлург, следующий назовет профессию, в чем-то похожую.

## **4) Упражнение «Мое профессиональное кредо»**

Необходимо сформулировать девиз, создать образ, символ, эмблему своей профессиональной деятельности, а затем представить ее группе. Это может быть рисунок, песня, четверостишие, схема, жест, пословица. Участники могут воспользоваться любыми материалами и прочими вспомогательными средствами.

**Время подготовки – 10 минут.**

### **Вопросы для обсуждения:**

- Почему вы выбрали имени средства для символизации своего кредо?
- Что главное в себе вы хотели подчеркнуть этим символом?
- Что в этом символе вы не отразили, но хотели бы добавить?
- Какой элемент символа несет на себе основную смысловую нагрузку?
- Считает ли вы, что он действительно отражает ваше кредо?

## **5) Рефлексивный круг**

Все участники садятся в круг, и им задается алгоритм рефлексии:

- расскажите о своем эмоциональном состоянии по ходу занятия и в его конце;
- что нового вы узнали, чему научились;
- как вы оцениваете свое участие в занятии?

Все поочередно высказываются в соответствии с заданным алгоритмом.

## **Занятие 4.**

**Цель:** осознать личностные ресурсы для решения проблем и определить временную перспективу.

### **1) Игра «Ассоциации к будущему»**

Все участники садятся в круг, ведущий бросает мяч, и кому он попадает в руки, должен сказать, с чем у него ассоциируется его будущее.

### **2) Упражнение «Полоса препятствий»**

Каждый член группы высказывается о своих сложностях, которые он испытывает на данный промежуток времени. Затем данные трудности каждый должен зафиксировать

на листочке А4 и положить на пол, после чего цепочкой участники проходят данные трудности.

### 3) Упражнение «Чемодан в дорогу»

Всем участникам нужно написать на листочках те качества и умения, которые им пригодятся во взрослой жизни. После чего каждый должен зачитать, что он возьмет с собой, далее идёт обсуждение.

### 4) Игра «Мои личные и профессиональные планы»

Каждый участник получает лист бумаги, на котором записывает анонимно свои личные планы на будущее. Затем ведущий собирает листы и перемешивает их, после этого раздает в случайном порядке. На другой стороне листа участники пишут о своих профессиональных планах. После чего полученные результаты зачитываются вслух

### 5) Рефлексия «Ресторан»

На доске приклеиваются картинка «Повар» и вопрос: «Насытились?», так же приклеиваются предложения, на которые участникам поочередно нужно будет ответить:

- 1) Я съел бы еще этого ...
- 2) Больше всего мне понравилось ...
- 3) Я почти переварил ...
- 4) Этот ресторан ...
- 5) Я переел ...
- 6) Пожалуйста, добавьте ...

## Занятие 5.

**Цель:** активизировать процесс профессионального и личностного самоопределения.

### 1) Упражнение «Пересадка по общим интересам или отношению к различным видам деятельности»

Участники садятся по кругу, а ведущий встает в центр круга. Он предлагает пересесть всем тем, кто обладает каким-то общим признаком интересом, склонностью к какому-то занятию. Ведущий называет этот признак и все, кто им обладает должны поменяться местами. Например: «Пересядьте все те, кто любит заниматься спортом», - и все любители спорта должны поменяться местами. Ведущий при этом старается занять одно из освободившихся мест. Тот, кто останется без места, становится ведущим.

### 2) Упражнение «Аукцион ценностей»

**Материалы:** лист с написанными ценностями, маркер красного цвета

**Правила аукциона:**

1. У каждого участника есть 1000 условных единиц.

2. Начальная цена каждой ценности – 50 условных единиц.
3. Повышать цену можно на сумму условных единиц, кратную 20 (20, 40, 60 и т.д.). Нельзя повышать собственную названную цену.
4. Объединять условные единицы участникам нельзя.
5. Торги начинаются после оглашения ведущим какой-либо ценности.
6. Ценность считается купленной, если предложенную за нее цену ведущий назвал три раза под счет и произнес слово «Продано» (например: 300 – раз, 300 – два, 300 – три, продано!) или если за нее предложено 1000 условных единиц.
7. Рядом с ценностью ведущий записывает цену, за которую она продана, и имя ее покупателя.

**Список ценностей:**

Свобода	Мир во всем мире
Финансовая независимость	Здоровые дети
Возможность написать книгу, которая повлияла бы на поколения	Идеальная семья
Дом вашей мечты	Идеальное здоровье до 95 лет
Головокружительная карьера	Благополучие родителей
Идеальная любовь	Накормить всех голодных
Поселить всех бездомных	Стать президентом какого либо государства
Слетать в космос	Получить «Оскара»
Мир без наркотиков	Бессмертие
Идеальный друг	Возможность путешествовать во времени
Возможность читать чужие мысли	Способность летать
Изменить внешность	

**Вопросы для обсуждения упражнения:**

- Почему именно эти ценности набрали наибольшее число единиц?
- Все ли довольны тем, что купили? Хотелось ли купить что-то другое?
- Если бы такой аукцион проходил в реальной жизни, изменился бы ваш выбор?
- Какие проблемы человека и общества связаны с предложенными ценностями?
- Способно ли молодое поколение решить эти проблемы, повлиять на их решение?

**3) Упражнение «Мечты».**

Все, сидя по кругу, закрывают глаза и пытаются, прислушиваться к своим желаниям, представить свое профессиональное будущее, положение в обществе, ближайшее окружение. В это же время включается тихая и приятная музыка. Затем каждый участник группы делится своими впечатлениями.

**4) Упражнение «Автопортрет».**

Ведущий раздаёт каждому лист формата А4 и предлагает нарисовать автопортрет. Далее все портреты собираются, перемешиваются и в случайном порядке раздаются обратно участникам.

Новое задание: «Посмотрите внимательно на изображение, постарайтесь понять, что это за человек, на что он способен, но при этом не старайтесь узнать, кто здесь нарисован. На обратной (чистой) стороне листочка с автопортретом напишите одну профессию, которая, на ваш взгляд, больше всего соответствует изображенному лицу. После этого листок передайте соседу справа, а от соседа слева возьмите новый листок и сделайте то же самое. Если вы получите листок с собственным автопортретом, то также выберите к нему профессию. Таким образом, все листочки должны пройти «круг». Профессии на одном листочке могут повторяться».

Далее ведущий собирает листочки, перемешивает их и начинает подведение итогов. Берется первый листочек. Ведущий показывает участникам игры, что на нем изображено, зачитываются записанные на обратной стороне профессии

#### **5) Рефлексия «Ключевое слово»**

Участникам предлагается по очереди назвать одно слово, с которым у них ассоциируется содержание состоявшегося занятия.

### **Занятие 6.**

**Цель:** информировать о мире профессий и о многообразии специальностей.

#### **1) Игра «Аукцион»**

Психолог называет предмет труда, а обучающиеся по очереди называют профессии, относящиеся к этой группе. Профессии можно записывать на доске. После каждой названной профессии психолог считает до трех или ударяет в ладоши, ожидая названия очередной профессии. Профессию необходимо назвать до третьего хлопка. Тот, за кем останется последнее слово, считается победителем.

#### **2) Игра «Изобрази профессию»**

Каждому участнику предлагается пакет, в котором на бумажках написана какая-то профессия. Задача участника – изобразить не вербально ту профессию, которая ему достанется. Он выходит в круг и показывает её мимикой, жестами, положением тела. Задача остальных участников – узнать и назвать профессию.

#### **3) Упражнение «Самая - самая...»**

Сейчас вам будут предлагаться некоторые необычные характеристики профессий, а вы должны по очереди называть те профессии, которые, по нашему мнению, в наибольшей степени соответствуют данной характеристике.

Ведущий называет первую характеристику, а участники сразу же по очереди (по кругу) предлагают свои варианты профессий. Если у кого-то возникают сомнения, что названа самая-самая подходящая к данной характеристике профессия (или близкая к самой-самой), то можно задавать уточняющие вопросы.

**Важно:** Для того чтобы упражнение проходило более интересно, ведущий обязательно должен заранее отобрать наиболее необычные характеристики профессий, которые должны заинтриговать участников. Это могут быть, например, такие характеристики: самая зеленая профессия; самая сладкая профессия; самая волосатая профессия; самая детская профессия; самая смешная профессия и т.д.

#### **4) Упражнение «Профессия на букву...»**

Сейчас вам будет предложена буква. Ваша задача - назвать те профессии, которые начинаются на эту букву. Тем самым мы узнаем, насколько хорошо вы знаете мир профессий.

#### **5) «Иностранные названия»**

В наше время появилось много названий профессий, пришедших к нам с запада. Давайте попытаемся вспомнить и назвать их, а также попробовать объяснить, что они обозначают.

Участники называют поочередно профессию и что она обозначает.

#### **6) Рефлексия**

Участники по кругу делятся своим мнением по поводу занятия. Что им понравилось или не понравилось, что узнали нового, чего ждут от последующих занятий?

### **Занятие 7.**

**Цель:** осознать свои ожидания и трудности к будущей профессии.

#### **1) Ловушка-копканчик.**

Каждый участник должен определить некоторые трудности на пути к профессиональной цели. Особое внимание обращается на то, что трудности могут быть как внешними, исходящими от других людей или каких-то обстоятельств, так и внутренними, заключенными в самом человеке. Выделяя такие трудности, каждый обязательно должен подумать и о том, как преодолеть их.

После этого каждый по очереди называет по одной трудности-ловушке, адресуя ее по циклическому принципу участнику, сидящему через два человека от него. Тот должен будет сказать, как можно было бы эту трудность преодолеть. Участник, назвавший данную трудность, также должен будет сказать, как можно было бы ее преодолеть.

Ведущий с помощью остальных участников определяет, чей вариант преодоления трудности оказался оптимальным, интересным и реалистичным.

## **2) «Диалог о профессиях» — «Да, но».**

Участники делятся на пары. В каждой паре выбирают профессию, которую хотел бы иметь в будущем один из игроков. Задача заключается в том, чтобы обосновать свой выбор. Диалог строится по принципу «да, но ... »:

1-й: «Мне нравится профессия ..., потому, что ...»

2-й: «Да, но...»

## **3) Игра «Оптимисты и скептики».**

Каждая профессия имеет свои плюсы и минусы. Проанализируем профессии, записав в одну колонку их достоинства, а в другую — их недостатки. При работе можно пользоваться словарем профессий.

## **4) Упражнение «Силичи».**

Участники делятся на две команды. Встают друг напротив друга. По знаку ведущего встречаются в центре и упираются друг в друга ладонями. Нужно сместить партнера к стене. Резких толчков делать не следует.

## **5) Упражнение «Встреча через 10 лет».**

Все участники делятся на пары. Ведущий говорит: «Давайте переведем часы на 10 лет вперед. Теперь мы в ... году. В вашей жизни многое изменилось. Сейчас вы в отпуске. Лето. Приехали в город, где учились в школе. Идете по улице и встречаете одноклассника. Между вами возникает оживленная беседа о том, что произошло за эти годы, чем занимаетесь. Вам дается 8 минут». Когда беседа заканчивается, все садятся в круг и представляют каждого участника всей группе. Обсуждение.

## **6) Упражнение «Мое внутреннее состояние».**

Все садятся в круг, разводят руки в стороны. Правая ладонь — вниз, левая — вверх. Берутся за руки. Закрывают глаза. Минуту прислушиваются к своему внутреннему, душевному состоянию. Затем обмениваются впечатлениями.

## **7) Рефлексия**

Каждый по кругу отвечает на следующие вопросы, которые прикреплены к доске:

- «Мои мысли о своем участии на занятии».
- «Как я оцениваю результаты занятия?»
- «Что мне дало это занятие?»

## **Занятие 8.**

**Цель:** определить тип темперамента

### **1) Беседа о понятие «темперамент» и его типах.**

## 2) Опросник Айзенка

**Инструкция:** «Вам предлагается ответить на 57 вопросов. Вопросы направлены на выявление вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить типичные ситуации и дайте первый «естественный» ответ, который придет вам в голову. Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет «хороших» или «плохих» ответов. Если вы согласны с утверждением, поставьте рядом с его номером знак + (да), если нет знак – (нет)».

### **Обработка и интерпретация результатов теста:**

#### **Экстраверсия – интроверсия:**

- «да» (+): 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56;
- «нет» (-): 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

#### **Нейротизм (эмоциональная стабильность – эмоциональная нестабильность):**

- «да» (+): 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

#### **«Шкала лжи»:**

- «да» (+): 6, 24, 36;
- «нет» (-): 12, 18, 30, 42, 48, 54.

Ответы, совпадающие с ключом, оцениваются в 1 балл. При анализе результатов следует придерживаться следующих ориентиров.

#### **Экстраверсия – интроверсия:**

- больше 19 – яркий экстраверт;
- больше 15 – экстраверт;
- больше 12 – склонность к экстраверсии;
- 12 – среднее значение;
- меньше 12 – склонность к интроверсии;
- меньше 9 – интроверт;
- меньше 5 – глубокий интроверт.

#### **Нейротизм :**

- больше 19 – очень высокий уровень нейротизма;
- больше 13 – высокий уровень нейротизма;
- 9 – 13 – среднее значение;
- меньше 9 – низкий уровень нейротизма.

#### **Ложь:**

- больше 4 – неискренность в ответах, свидетельствующая также о некоторой демонстративности поведения и ориентированности испытуемого на социальное одобрение;
- меньше 4 – норма.



#### Пояснение к рисунку "круг Айзенка":

- Сангвиник = стабильный + экстравертированный
- Флегматик = стабильный + интровертированный
- Меланхолик = нестабильный + интровертированный
- Холерик = нестабильный + экстравертированный

«Чистый» сангвиник быстро приспосабливается к новым условиям, быстро сходится с людьми, общителен. Чувства легко возникают и сменяются, эмоциональные переживания, как правило, неглубоки. Мимика богатая, подвижная, выразительная. Несколько непоседлив, нуждается в новых впечатлениях, недостаточно регулирует свои импульсы, не умеет строго придерживаться выработанного распорядка, жизни, системы в работе. В связи с этим не может успешно выполнять дело, требующее равной затраты сил, длительного и методичного напряжения, усидчивости, устойчивости внимания, терпения. При отсутствии серьезных целей, глубоких мыслей, творческой деятельности вырабатываются поверхностность и непостоянство.

**Холерик** отличается повышенной возбудимостью, действия прерывисты. Ему свойственны резкость и стремительность движений, сила, импульсивность, яркая выраженность эмоциональных переживаний. Вследствие неуравновешенности, увлекшись



делом, склонен действовать изо всех сил, истощаться больше, чем следует. Имея общественные интересы, темперамент проявляет в инициативности, энергичности, принципиальности. При отсутствии духовной жизни холерический темперамент часто проявляется в раздражительности, эффективности, несдержанности, вспыльчивости, неспособности к самоконтролю при эмоциональных обстоятельствах.

**Флегматик** характеризуется сравнительно низким уровнем активности поведения, новые формы которого вырабатываются медленно, но являются стойкими. Обладает медлительностью и спокойствием в действиях, мимике и речи, ровностью, постоянством, глубиной чувств и настроений. Настойчивый и упорный «труженик жизни», он редко выходит из себя, не склонен к аффектам, рассчитав свои силы, доводит дело до конца, ровен в отношениях, в меру общителен, не любит попусту болтать. Экономит силы, попусту их не тратит. В зависимости от условий в одних случаях флегматик может характеризоваться «положительными» чертами – выдержкой, глубиной мыслей, постоянством, основательностью и т. д., в других – вялостью, безучастностью к окружающему, ленью и безволием, бедностью и слабостью эмоций, склонностью к выполнению одних лишь привычных действий.

**Меланхолик.** У него реакция часто не соответствует силе раздражителя, присутствует глубина и устойчивость чувств при слабом их выражении. Ему трудно долго на чем-то сосредоточиться. Сильные воздействия часто вызывают у меланхолика продолжительную тормозную реакцию (опускаются руки). Ему свойственны сдержанность и приглушенность моторики и речи, застенчивость, робость, нерешительность. В нормальных условиях меланхолик – человек глубокий, содержательный, может быть хорошим тружеником, успешно справляться с жизненными задачами. При неблагоприятных условиях может превратиться в замкнутого, боязливого, тревожного, ранимого человека, склонного к тяжелым внутренним переживаниям таких жизненных обстоятельств, которые вовсе этого не заслуживают.

### 3) Упражнение «Я похож на...»

Каждый поочередно говорит, с чем он может сравнить себя, учитывая свой характер, эмоции, спектр умений и интересов.

Предлагаются различные категории: погода, еда, транспорт, мебель, праздник и т.д.  
Обсуждение.

### 4) Игра "Забавные профессии".

Каждый участник самостоятельно придумывает какую-то новую профессию. Для этого он берет две уже существующие профессии (например, "врач" и "водитель") и объединяет их в одну новую (например, "врач-водитель" или "водитель-врач").

Автор идеи представляет выдуманную профессию другим участникам, вкратце описывает характер работы "новых специалистов". Например, "врач-водитель" это может быть что-то вроде таксиста, который параллельно оказывает медицинскую помощь. Или "фотограф-строитель": он строит дома по фотографиям или строит и одновременно фотографирует.

**В конце проводится обсуждение:**

- чья профессия вам показалась наиболее забавной?
- какая профессия может быть наиболее востребованной? наименее?
- почему таких профессий до сих пор нет?
- Вы бы сами какую профессию выбрали из тех, что мы сегодня придумали?

**5) Рефлексия**

- Я узнал (а)...
- Меня удивило ...
- Было интересно...
- Я могу похвалить себя и своих одноклассников за...

**Занятие 9.**

**Цель:** помочь подростку в осознании труда как человеческой и общественной ценности

**1) Ролевая игра «Пришельцы».**

Пресс конференция с 3 пришельцами. По желанию выбираются 2 - 3 человека, которые будут гостями с дальней планеты, неожиданно оказавшимися в данном городе.

Предполагается, что из-за технических трудностей время пребывания на Земле ограничено 15 минутами. На срочно созванной пресс-конференции необходимо за это короткое время, как можно лучше познакомиться с неизвестной цивилизацией, в живом контакте постараться понять друг друга. Гостям будет предоставлено короткое слово, где они сообщат главные сведения о своей планете, уровне развития культуры и производства, а также об основных занятиях ее жителей. После этого журналисты (остальная часть класса) постараются задать наиболее важные вопросы.

В течение 3 - 4 минут пришельцы готовятся в коридоре, думают что им рассказать о своей цивилизации, а может, даже и думают о своем внешнем виде, который можно было бы изобразить на доске. Ведущий объясняет остальным участникам (журналистам в классе), как надо вести себя на конференции. В частности, каждый журналист должен придумать,

какой информационный орган он представляет, и перед тем как задавать вопрос, обязательно сказать об этом (данное условие дисциплинирует участников игры и делает ее более солидной, т.е. более похожей на настоящую пресс-конференцию).

Далее в класс приглашаются инопланетяне, и сразу начинается сама игра: сначала гости кратко (в течение 3-5 минут) делают свое сообщение, а затем отвечают на вопросы журналистов.

**Обсуждение:** трудно ли было задавать вопросы, в качестве журналистов? Тяжело ли было играть в роли инопланетянина?

### **Занятие 10.**

**Цель:** определить профессиональные склонности и предпочтения обучающихся, соотнести индивидуальные возможности с требованиями, которые необходимы для овладения профессиональными навыками.

#### **1) Упражнение «Объявление в газету»**

Участникам предлагается написать о себе объявление в газету. После того этого объявления собираются и раздаются в рандомном порядке. Затем участники зачитывают объявления и стараются отгадать, кому они принадлежат.

#### **2) Упражнение «Мое призвание»**

Каждый присутствующий имеет определенное мнение по поводу ваших способностей и той профессии, которая вам больше всего подходит.

Поэтому будете задавать друг другу только один вопрос:

«Какое у меня призвание, чем лучше мне заниматься в жизни?»

#### **3) Игра «Мои достоинства»**

Инструкция ведущего: «Бросая по очереди друг другу этот мяч, будем говорить о безусловных достоинствах, сильных сторонах того, кому бросаем мяч. Будем внимательны, чтобы мяч побывал у каждого».

#### **4) Рефлексия**

Каждый по кругу отвечает на следующие вопросы, которые прикреплены к доске:

- «Мои мысли о своем участии на занятии».
- «Как я оцениваю результаты занятия?»
- «Что мне дало это занятие?»

### **Занятие 11.**

**Цель:** воспитать у обучающихся сознательное отношение к профессиональной деятельности

### 1) Упражнение «Комплимент» (модификация).

Все сидят по кругу. Ведущий просит одного из участников выйти в центр круга, посмотреть на присутствующих и сказать одному из участников группы какой-нибудь комплимент. Если человек, которому предназначается комплимент, принимает его, то он сам выходит в круг, а предыдущий участник садится на его место.

### 2) Упражнение «Реклама товара»

Участникам дается 15 минут на то, чтобы придумать рекламу какого-нибудь товара и предъявить ее группе.

Обсуждение. Вопрос: «Какие трудности возникли при рекламировании товара? Реклама какого товара особенно запомнилась?»

### 3) «Убеди родителей»

Группа делится на тройки: отец — мать — подросток. Задание: провести беседу с родителями, аргументированно убедив их целесообразности своих профессиональных планов.

### 4) Упражнение «Умение планировать свою профессиональную жизнь»

Участникам предлагается составить план своего профессионального пути, по схеме разработанной Е. А. Климовым:

1. Главная цель (Кем я буду? Чего достигну?);
2. Цепочка более отдаленных конкретных целей (Где буду учиться? Первая работа, дальнейшие перспективы);
3. Пути и средства достижения ближайших жизненных целей (ознакомление, проба сил, самообразование и т.д.);
4. Возможные внешние препятствия;
5. Свои возможности;
6. Запасные варианты.

### 5) Рефлексия. Итоги дня.

Каждый по кругу отвечает на следующие вопросы, которые записаны на доске:

- «Мои мысли о своем участии на занятии».
- «Как я оцениваю результаты занятия?»
- «Что мне дало это занятие?»

## Занятие 12.

**Цель:** помочь обучающимся разобраться в основных смыслах трудовой жизни применительно к различным стереотипам людей.

### 1) Профориентационная игра «Три судьбы».

Вначале, еще до объявления названия игры, необходимо выбрать трех добровольцев на главные роли.

### **Инструкция:**

1 этап: Представьте, что дело происходит в школе будущего, где-то в середине будущего столетия. К нам на диспут о смысле жизни приглашены три уважаемых человека-ветерана, каждый из которых в конце 90-х годов XX стол закончил среднюю школу, а затем прожил интересную жизнь, дотянув до нашего времени. Каждому из приглашенных где-то около 70 лет.

Но гости наши необычные: мы решили пригласить разных по своим жизненным ориентациям людей.

Первый - это труженик, уверенный, что только в честном труде заключается настоящее счастье.

Второй - выдающийся лентяй, считающий, что работать должны только дураки.

Третий - удивительная бездарность, убежденная, что высшее счастье - заниматься таким делом и сидеть на таких постах, которым он явно не соответствует (и пусть перед тобой трепещут более умные и более достойные...).

Но вот загадка: мы не будем знать, кто из наших гостей кем является. Сейчас они выйдут в коридор и сами решат, кто какую роль на себя возьмет. (Возможны разные варианты использования данного правила. Например, ведущий может сам раздать карточки участникам с указанием их ролей, может вообще не задавать ролей, а может в присутствии всего класса предложить игрокам самим распределить эти три роли.)

Мы за это время попробуем придумать для наших гостей интересные вопросы, чтобы лучше понять этих людей, действительно ли они счастливы, а потом постараемся угадать, какие роли они играли.

2 этап: Главные игроки примерно на 3 - 4 минуты отправляются в Коридор, чтобы разобраться с игровыми ролями и продумать основные этапы своей жизни.

Ведущий предлагает оставшимся придумать по 2-3 душещипательных вопроса, касающихся не только профессиональной деятельности наших гостей, но и их личной, семейной жизни, досуга.

3 этап: Когда ведущий выходит в коридор и приглашает главных игроков в класс, он должен спросить у них (еще в коридоре), какие роли (стереотипы) каждый из них собирается представлять.

4этап: Главные игроки приглашаются в класс, усаживаются на почетные места, и им предлагается по очереди кратко (за 3-4 минуты) рассказать об основных этапах прожитых жизней.

5 этап: После того как все главные игроки кратко расскажут о своих судьбах, ведущий предлагает начать пресс-конференцию, т.е. остальным учащимся задавать краткие вопросы и получать на них краткие ответы. Чтобы обращение к гостям было более уважительным, можно каждого из них попросить представиться - обязательно по имени и отчеству. Может оказаться так, что на каком-то этапе вопросы иссякнут, и тогда, чтобы поддержать интерес к игре, сам ведущий должен задать один-два интересных вопроса. Но для этого он должен подготовить такие вопросы заранее. Может оказаться, что все вопросы будут адресованы только одному (самому интересному) игроку. В этом случае ведущий также должен сам задать вопрос тому, о ком вроде бы и позабыть успели, переключив таким образом внимание класса и на других гостей.

6 этап: Примерно за 15-20 минут до конца занятия пресс-конференция прекращается, гостей благодарят, и им предлагается занять свои места, чтобы участвовать в общем обсуждении.

## **2) Упражнение «Торг».**

Участникам тренинга предлагается в течение 3 минут написать свои сильные и слабые качества. Затем проводится торг.

## **3) Рефлексия**

Каждый по очереди высказывает свое мнение по поводу сегодняшнего занятия.

## **Занятие 13**

**Цель:** формировать информационное пространство подростка

### **1) Деловая игра «Кадровый вопрос».**

Вам необходимо разделить на группы по 3-4 человека. Каждая группа получит бланки с инструкцией, с кратким описанием профессий, профессий, востребованных на рынке труда и профессий, не пользующихся спросом, а также конкурентоспособных профессий в данное время на рынке труда.

1. Из списка предложенных профессий нужно выбрать те, которые относятся к фармацевтическому бизнесу и необходимы для решения задач бизнеса. Ваш бизнес: фармацевтическое производство и продажа лекарств.
2. Придумайте «бренд» (торговую марку и кредо) своей компании.

3. Вакансии выбранных вами профессий должны быть заполнены конкретными людьми. Пусть это будут ваши одноклассники, личностные качества которых отвечают требованиям выбранных профессий.
4. Не забудьте об «информационном поле» – вашему делу нужна «раскрутка»! Разработайте программу рекламной акции.
5. Защита проектов.

## 2) Упражнение «Пять шагов».

1 этап: Ведущий предлагает группе определить какую-либо интересную профессиональную цель, например, поступить в какое-то учебное заведение, устроиться на интересную работу, а может даже — совершить в перспективе что-то выдающееся на работе. Эта цель, так как ее сформулировала группа, выписывается на доске (или на листочке).

2 этап: Ведущий предлагает группе определить, что за воображаемый человек должен достичь эту цель. Участники должны назвать его основные (воображаемые) характеристики последующим позициям: пол, возраст (желательно, чтобы этот человек был сверстником играющих), успеваемость в школе, материальное положение и социальный статус родителей и близких людей. Это все также кратко выписывается на доске.

3 этап: Каждый участник на отдельном листочке должен выделить основные пять этапов (пять шагов), которые обеспечили бы достижение намеченной цели. На это отводится примерно 5 минут.

4 этап: Все делятся на микрогруппы по 3—4 человека.

5 этап: В каждой микрогруппе организуется обсуждение, чей вариант этапов достижения выделенной цели наиболее оптимальный и интересный (с учетом особенностей обозначенного выше человека). В итоге обсуждения каждая группа на новом листочке должна выписать самые оптимальные пять этапов.

Представитель от каждой группы кратко сообщает о наиболее важных пяти этапах, которые выделены в групповом обсуждении. Остальные участники могут задавать уточняющие вопросы.

Возможна небольшая дискуссия.

## 3) Рефлексия «Ключевое слово»

Участникам предлагается по очереди назвать одно слово, с которым у них ассоциируется содержание состоявшегося занятия.

## Занятие 14.

**Цель:** осознать собственную уникальность, свои слабые и сильные стороны собственной полезности для окружающих и общества

### 1) Упражнение «Собеседование».

Вызываются два добровольца: соискатель и работодатель. С помощью ведущего задается фабула ролевой игры: что за организация, какая должность у работодателя, о какой вакансии идет речь, какие личностные особенности у соискателя. Последнее необязательно – пусть участник играет сам себя.

Работодателю можно дать инструкцию, что он сам должен решить по итогу, принят человек или нет. Для разнообразия можно сделать и так, что а) решения принимает ведущий, б) решения принимает группа через обсуждение и голосование.

Работодателю можно дать секретную инструкцию, в которой, например, дать установку на то, чтобы "валить" соискателя, или вести себя как-то по особенному.

Обсуждение.

### 2) Упражнение «Какой я?».

Сейчас я буду называть профессии, каждый в течение нескольких секунд должен посмотреть на своих товарищей и определить, кому эта профессия подойдет в наибольшей степени. Далее я хлопну в ладоши и все по команде одновременно должны показать рукой (или ручкой) на выбранного человека (наиболее подходящего для названной профессии).

### 3) Упражнение «Объявление».

В течение 5 минут каждый должен составить объявление о своих услугах (репетиторство, гувернерство, консультирование, развивающая работа, обучение и т.д.), которое бы отражало профессиональную уникальность и включало нечто такое, чего не может предложить другой специалист. Затем в течение одной минуты объявление зачитывается перед всеми. Группа может задавать любые вопросы по содержанию объявления.

### 4) Упражнение «Друг для друга».

Ведущий говорит о том, что люди рождены друг для друга, что это сегодня уже аксиома, т. е. утверждение, которое не требует доказательств.

Участникам нужно проанализировать список всех членов группы. Например, написали тренинговое имя «Евгений» и напротив него сделали запись: «С ним можно начать бизнес, пойти в турпоход и поговорить о футболе». А затем все объединяются в большой круг и выслушивают друг друга. Всем участникам будет интересно узнать ответ на вопрос: «На что же я сгожусь?»



## 5) Упражнение «Мои сильные стороны...»

У каждого из вас есть сильные стороны, то, что вы цените, принимаете и любите в себе, что дает вам чувство внутренней свободы и уверенности в собственных силах, что помогает выстоять в трудную минуту. При формулировании сильных сторон не умаляйте свои достоинства. Вы можете также отметить те положительные качества, которые вам не свойственны, но вы бы хотела выработать их в себе. На составление списка вам дается 5 минут.

Затем сядем в большой круг, озвучим записи и комментарии к ним. Когда будете высказываться, говорите прямо, уверенно, без всяких «но ...», «если ...», «может быть...», «я не совсем уверен в том, что ...» и т.п. На выступление дается по 2 минуты. Даже если закончите свою речь раньше, оставшееся время принадлежит вам. Слушатели могут только уточнять детали или просить разъяснения, но не имеют права высказываться. Может быть, значительная часть отведенного времени пройдет в молчании. Вы не обязаны объяснять, почему считаете те или иные свои качества точкой опоры, сильной стороной. Достаточно того, что сами в этом уверены.

В конце упражнения проводится коллективная дискуссия, обращается внимание на то общее, что было в высказываниях, и на те ощущения, которые каждый испытал во время упражнения.

**Важно:** при его выполнении необходимо следить за тем, чтобы участники избегали даже незначительных высказываний о своих недостатках, ошибках, слабостях. Любая попытка самокритики и самоосуждения должна пресекаться.

## 6) Упражнение «Скажи мне кто твой друг»

Каждый участник в течение 3-4 минут набрасывает «психологический портрет» кого-либо из членов группы. Указывать на внешние признаки, по которым можно сразу узнать конкретного человека, нельзя. В портрете должно быть не менее 10-12 черт характера, привычек, особенностей, характеризующих именно этого человека. Затем, написавший выступает со своей информацией перед группой, а остальные участники пытаются угадать, чей это портрет. Автор портрета не должен говорить, кто из участников прав. Он делает это лишь после того, как выскажутся все желающие.

## 7) Рефлексия

Обведите свою руку.

- «М» (мизинец) – мысли, знания, информация.
  - Что нового я сегодня узнал?
  - Какие знания приобрёл?

Закрасьте если вы что-то узнали, приобрели какие-то знания, если нет, оставьте чистым.

- «Б» (безымянный) – близость к цели.
  - Что я сегодня сделал и чего достиг?

Закрасьте если вы чего-то достигли, если нет, оставьте чистым.

- «С» (средний) – состояние духа.
  - Каким было моё настроение, расположение духа?
  - Понравилось ли мне занятие?

Если у вас было хорошее настроение закрасьте палец, если нет, оставьте чистым.

- «У» (указательный) – услуга, помощь, сотрудничество.
  - Чем я сегодня помог другим?
  - Улучшились ли мои взаимоотношения с окружающими?

Если это было закрасьте, если нет, оставьте чистым.

- «Б» (большой палец) – бодрость, физическое состояние.
  - Как я себя чувствовал?

Была ли у вас настороженность, были ли вы замкнуты, оставьте чистым, если вы чувствовали себя уверенным закрасьте.

Если хотите чтобы наши занятия повторились нарисуйте на ладошке точку.

Обсуждение.

### **Занятие 15.**

**Цель:** развивать умения находить ресурсы для достижения позитивных жизненных целей в будущем.

#### **1) Упражнение «Мои достижения».**

Моим наилучшим достижением является:

1. У меня хорошо получается \_\_\_\_\_.
2. Я помог (ла) другим тем, что \_\_\_\_\_.
3. Наилучшее решение, которое я когда-либо принял (а) \_\_\_\_\_.
4. Если я хочу, то могу \_\_\_\_\_.
5. Люди думают, что у меня хорошо получается \_\_\_\_\_.
6. То, что я недавно научился делать \_\_\_\_\_.
7. То, чем я горжусь \_\_\_\_\_.
8. Момент, вызывающий у меня наибольшую гордость \_\_\_\_\_.
9. Самое трудное дело, которое я сделал (а) \_\_\_\_\_.

**Обсуждение:** обратите внимание, что меняется в Вас, как меняется Ваше состояние, когда Вы читаете получившийся у Вас текст? Что Вы ощущаете? Верите ли Вы себе?

## **2) Упражнение «Ладонка»**

Каждый обводит на листе бумаги контур ладони. В центре пишется свое имя, в каждом пальце что-то, что нравится в себе самом. Затем листы передают соседу справа. Он в течении 30 секунд пишет на листе (снаружи ладони), что-то, что нравится в человеке, хозяине ладони. Так через весь круг. Хозяину лист возвращается в перевернутом виде. Позитивная обратная связь, возможность выражения позитивных эмоций.

## **3) Упражнение «Профессиональные качества»**

Каждому участнику выдается бланк с графиком. На нем необходимо оценить свои профессиональные качества по пяти бальной шкале, сделав отметку на графике. Исходя из полученных отметок – построить кривую. После построения кривой нужно отметить то качество, которое оценено минимальным баллом и оценить его значение для Вашей профессиональной деятельности. Затем необходимо ответить на следующие вопросы ведущего:

- «Когда ты почувствовал необходимость в развитии этого качества?»
- «Что ты уже предпринимал, для того чтобы развить его?»
- «Как ты считаешь, что нужно сделать, чтобы развить его?»
- «Что изменится, если ты разовьешь это качество?»
- «Что ты сделаешь уже сегодня, чтобы развить это качество?»

## **4) Упражнение «Ловушки – Капканчики».**

Совместно с группой определяется конкретная профессиональная цель. В группе выбирается доброволец, который будет «представлять» какого-то вымышленного человека (если доброволец пожелает, то он может представлять и самого себя ...).

Общая инструкция: «Сейчас каждый, уже, зная к каким целям стремится наш главный (вымышленный или реальный) герой, должен будет определить (или придумать) для него некоторые трудности на пути к профессиональной цели. Главному игроку также дается время, чтобы он выделил несколько наиболее вероятных трудностей на пути к своей цели и так же подготовился ответить, как он собирается их преодолеть. Далее игроки, включая главного героя, выделяют на своих листочках основные трудности на пути к намеченной цели.

## **5) Синквейн на тему профессия. Анализ знаний.**

## **6) Домашнее задание. Проект на тему «Моя будущая профессия».**

## **Занятие 16.**

**Цель:** обобщить полученные знания, закрепление навыков.

### **1) Проект «Моя будущая профессия»**

Каждый старшеклассник защищает свой проект, на тему «Моя будущая профессия».

Обсуждение.

### **2) Упражнение «Чемодан в дорогу»**

Группа садится по кругу. Мы завершаем нашу работу. Сейчас каждый из вас по очереди будет ставить перед собой этот стул (ведущий ставит стул в центр круга). Все участники группы в том порядке, в котором вам будет удобно, будут подходить к вам, садиться на стул и называть одно качество, которое, на их взгляд помогает вам, и одно, которое мешает. При этом надо помнить, что называть следует те качества, которые проявились в ходе работы группы и поддаются коррекции. После того, как все выскажут свое мнение, следующий участник берет стул и ставит напротив себя.

### **3) Упражнение «Коллективное письмо»**

Группа садится в круг. Каждый участник пишет в нижней части листа с обеих сторон свое имя и передает листок соседу справа. Получив его, тот, начиная сверху, пишет свое сообщение тому лицу, чье имя стоит внизу. Сообщения могут быть краткими, вроде «Всего доброго!» или пространными и представлять собой пожелания, советы, свои оценки.

Каждый самостоятельно решает также, подписаться ли ему своим именем или остаться неизвестным.

Затем часть листа с надписью загибается назад, так что следующий участник пишет на листе дальше, не читая уже написанного. Листки обходят весь круг и возвращаются к первым авторам. Далее получившие назад свои письма участники могут написать на оборотной стороне листа три своих личных вывода или задачи, которые появились у них в результате проведенных занятий и которые они хотели бы написать самим себе в качестве напутствия.

Затем письма кладутся в конверты, заклеиваются, участники пишут на них свой собственный адрес и имя и сдают конверты преподавателю. Организаторы семинара через некоторое время отсылают письма по адресам – это сувенир, а может быть и импульс к дальнейшему обучению.

### **4) Обсуждение. Обратная связь.**